

М. А. Кузнецова
А. С. Резникова

СКАЗАНИЯ О ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ

М. А. Кузнецова,
А. С. Резникова



СКАЗАНИЯ О ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ





Москва
«Высшая школа» 1992

ББК 52.81
К 89

Рецензенты:

проф. К. Ф. Блинова (Ленинградский химико-фармацевтический институт);
канд. биол. наук Л. С. Родман
(Московская сельскохозяйственная академия им. К. А. Тимирязева)

Кузнецова М. А., Резникова А. С.

К 89 Сказания о лекарственных растениях. — М.: Высш. шк., 1992. — 272 с.: ил.
ISBN 5-06-002248-X

Книга знакомит с интересными древними и современными мифами разных народов о лекарственных растениях. Анализируется происхождение названий этих растений.

Показано, как ученые, используя сказания, легенды и многовековой опыт народов разных стран о применении растений в быту и медицине, раскрывают сокровенные тайны их полезных и целебных свойств.

К $\frac{3704030200—128}{001(01)—92}$ 232—92

ББК 52.81
615.8

Научно-популярное издание

Мария Алексеевна Кузнецова,
Анна Сергеевна Резникова

Сказания о лекарственных растениях

Зав. редакцией *Т. А. Рыкова*. Редактор *Н. А. Соколова*. Мл. редакторы *В. А. Лизунова*, *Г. А. Каленова*. Художник *В. А. Маслов*. Художественный редактор *Т. А. Коленкова*. Технический редактор *Т. Д. Гарина*. Корректор *В. В. Кожуткина*

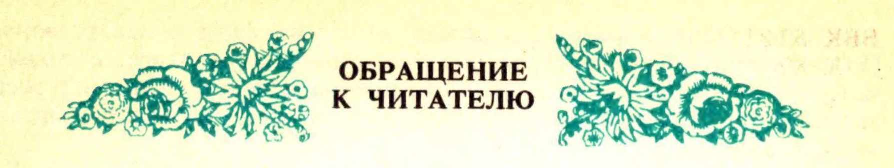
ИБ № 9290

Изд. № X/E-52. Сдано в набор 26.09.91. Подп. в печать 16.01.92. Формат 60×90 1/16. Бум. офсетная № 2. Гарнитура Таймс. Печать офсетная. Объем 17,0 усл. печ. л. 34,5 усл. кр.-отт. 16,15 уч.-изд. л. Тираж 200 000 экз. Зак. № 456.

Издательство «Высшая школа», 101430, Москва, ГСП-4, Неглинная ул., д. 29/14.

Ярославский полиграфкомбинат Министерства печати и информации Российской Федерации. 150049, Ярославль, ул. Свободы, 97.

ISBN 5-06-002248-X



ОБРАЩЕНИЕ К ЧИТАТЕЛЮ

Уважаемый читатель! Вы раскрыли необычную книгу. Можно сказать, что писалась она во все времена и всеми народами, потому что составлена по старинным легендам и преданиям, мифам и сказаниям с использованием пословиц, поговорок и загадок, описаний народных поверий, обычаев, т. е. всего того, что веками формировалось в народной памяти об использовании различных растений в лечебных целях. Обратите внимание, как в поэтическом слове с древнейших времен и до наших дней будто случайно, мимоходом, но порой удивительно точно подмечались наиболее характерные и важные для человека явления природы, свойства растений, их целебное воздействие[1].

Книга посвящена лекарственным растениям. Но что понимать под этим термином, какие растения относить к лекарственным? Казалось бы, ответ на вопрос прост. Например, в «Атласе лекарственных растений СССР» (1961) описано 287 видов растений. Но ведь науке известно около 500 тыс. видов растений. Значит ли это, что почти все они лишены лекарственных свойств?

Известно предание, повествующее о том, как древнеиндийского врача Чараки учитель послал в лес принести несколько совершенно бесполезных растений. «Учитель, — сказал, вернувшись из лесу, Чараки, — я три дня ходил по лесу и не нашел ни одного бесполезного растения». И действительно, по выражению американского философа Р. Эмерсона, «даже любой сорняк — это растение, достоинства которого еще не раскрыты». А еще более определенно писал П. Парацельс: «Все есть яд, ничто не лишено ядовитости, и все есть

---

[1] За аутентичность всех приведенных в данной книге стихотворений ответственность несут авторы (*Ред.*).

лекарство. Одна только доза делает вещество ядом и лекарством». По существу любое растение создано природой во благо, а задача человека лишь правильно понять его предназначение, поскольку весь зеленый мир — это своего рода аптека, о которой справедливо писал поэт С. Кирсанов:

Я не степью хожу
— Я хожу по аптеке,
Разбираясь в ее травяной картотеке.
Беспредельная степь,
Бесконечная степь,
Ты природой написанный
Странный рецепт.

Исследователи установили, что народами древнего мира с лечебной целью использовалось до 21 тыс. видов растений. В предлагаемой книге описано лишь 73, о которых более всего сложено в народе различных повествований и поэтических образов. Но не нужно забывать, что число этих растений ограничено лишь объемом собранного материала и каждая не попавшая на эти страницы трава, куст или дерево имеют свою еще не раскрытую тайну, удивительную историю и необыкновенные целебные свойства. Сказания о некоторых растениях просто еще не найдены, сказания о других, может быть, только пишутся самой книгой природы. Будем же к ней бережны и внимательны и природа воздаст нам сторицей, потому что, как писал поэт В. Рождественский,

Есть в травах и цветах целительная сила
Для всех, умеющих их тайну разгадать.

В одном из современных международных документов — «Международной стратегии охраны природы» (МСОП) — говорится: «Мы не унаследовали землю у наших отцов. Мы взяли ее в долг у наших детей». Поэтому хочется закончить это своеобразное обращение к читателю словами поэта Н. Старшинова:

Нам жить в одной семье,
Нам петь в одном кругу,
Идти в одном строю,
Летать в одном полете...
Давайте сохраним
Ромашку на лугу,
Кувшинку на реке
И клюкву на болоте.





К ИСТОРИИ ПРИМЕНЕНИЯ ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЙ[1]



Глядя в прошлое, обнажите головы;
глядя в будущее, засучите рукава.

Б. Шоу

Уже на самых ранних стадиях развития человеческого общества растения были не только источником питания людей, получения одежды, орудий труда и защиты. Они помогали человеку избавиться от болезней. Изучая археологические находки, жизнь первобытных племен австралийцев, племен Центральной и Южной Африки, индейцев Амазонки, этнографы установили, что, по-видимому, не было на земле такого племени, которое не знало бы лекарственных растений.

Вначале знания о лечебных свойствах растений накапливались у женщин — хранительниц домашнего очага, но постепенно они становились привилегией старейшин. Уже в первобытном обществе известны болеутоляющие свойства растений семейства пасленовых, растения, действующие на пищеварительный тракт, некоторые наркотические средства. Торговля и войны способствовали распространению сведений о лекарственных средствах и приводили к взаимному обогащению медицинскими знаниями народов разных стран. С изобретением письменности эти сведения — как наиболее важные — были записаны. Самый древний из дошедших до нас медицинских текстов — это клинописная табличка, найденная при раскопках шу-

[1] Авторы не ставили перед собой цель дать полное описание истории применения лекарственных растений, а остановились лишь на этапах, наименее освещенных в общедоступной литературе.

мерского города Ниппура и относящаяся к концу III тысячелетия до н. э. В 145 строках на шумерском языке даны прописи 15 рецептов. Из них следует, что врачи древнего Шумера использовали в своей практике в основном растительные лекарственные средства: горчицу, пихту, сосну, тимьян, плоды сливы, груши, фиги, иву и др. Кроме растительных продуктов в состав лекарств включались минеральные вещества — нефть, поваренная соль, асфальтовая смола, а также части животных: шерсть, панцирь черепахи, органы водяных змей и др. Текст табличек лаконичен. В нем нет ни слова о богах и демонах, он не содержит ни заклинаний, ни заговоров, которые встречаются в медицинских текстах более позднего периода.

С зарождением у людей первых религиозных воззрений медицина стала наполняться элементами мистики. Не зная причин возникновения многих заболеваний, человек объяснял их появление вселением в организм злых духов, а лекарственные растения наделял таинственной силой, способной влиять на течение болезни и даже делать человека бессмертным. В древнейшем шумерском эпосе о Гильгамеше читаем:

Я открою, Гильгамеш, сокровенное слово,
И тайну цветка тебе расскажу я:
Этот цветок — как терн на дне моря,
Шипы его, как у розы,
Твою руку уколют.
...На самое дно моря спустись ты
И ищи, пока не отыщешь,
Траву, что похожа на стрелы,
Наконечник, на колючку терновника,
На шип на стебле розы ...
Эту траву срывай смело;
И не бойся — хоть она тебя уколет! —
Ты ее сорвать, взять в рот
И проглотить ее, зубами размельчивши!
Если ты проглотишь траву жизни,
Молод будешь и тебя не коснется
Старости власть, что все перемелет!..

В рабовладельческом обществе появляются профессиональная медицина и врачебные школы со своими приемами воздействия на болезнь и секретными лекарствами. Тайны врачевания охранялись и наследовались по родству, но нередко в такую семейную школу попадали способные молодые люди и со стороны. Параллельно развивается храмовая медицина. Лечение проводится в священных храмах, где после специальной подготовки больного (соблюдение поста, длительных молитв) оракулы толковали их сновидения, которые являлись, якобы, «откровениями богов» о том, как лечить данного больного. Для обучения искусству медицины при храмах открывались школы. Есть сведения о существовании таких школ в городах Вавилонии, Египта, Индии.

Флора Юго-Восточной Азии, Индии и Китая, отличавшаяся исключительным богатством, многие тысячелетия служила неисчерпаемым источником лекарств для лечения самых разных заболеваний.

Китайская медицина насчитывает несколько тысяч лет. Осново-

положником ее считается легендарный император Шень-нун, живший более 5000 лет назад, автор древнейшей медицинской книги, названной Бень-цао (т. е. травник), так как в нем были описаны в основном растительные средства. Уже в то время китайские врачи знали женьшень, эфедру, спаржу, кизил. В Индии большую известность получает «Аюр-веда», или «Книга жизни», — оригинальное медицинское сочинение, относящееся к I в. до н. э. Книга содержит восемь глав. Наибольший интерес для медицины представляет седьмая глава — «Искусство приготовления лекарств от всех болезней и для продления жизни. Лекарства для укрепления болезненного организма и возбуждающие».

Индийская медицина использовала около 800 растений. Значительная их часть используется и в настоящее время (чилибуха, раувольфия, многие пряности). В III веке н. э. в Индии началось возделывание лекарственных растений.

В тесном взаимодействии развивалась медицина народов Междуречья и Древнего Египта. Многочисленные изображения растений и записи о них были найдены на стенах храмов и гробниц. Особенно ценные сведения о применении растений были прочитаны в древних памятниках письменности — египетских папирусах. Самый большой древнеегипетский папирус, относящийся к 1570 г. до н. э., назван по имени исследователя Георга Эберса, открывшего в 1872 г. этот папирус и изучившего его. Папирус, вывезенный из Египта и хранящийся в Лейпцигском университете, представляет собой медицинский трактат, содержащий выдержки из 40 написанных ранее медицинских сочинений. Трактат назван «Книга приготовления лекарств для всех частей тела». В этом лечебнике приведено около 800 рецептов на разнообразные лекарственные формы: пилюли, настои, мази, соки, курительные средства, припарки. Классифицированы они по их фармакологическому действию: слабительные, рвотные, мочегонные, потогонные и др. Египтяне знали о целебных свойствах алоэ, аниса, белены, мяты, клещевины, подорожника. Право приготовления лекарств имели только люди, принадлежавшие к высшему жреческому сословию. По представлениям египтян, все лечебное дело находилось под покровительством бога Тота, которого называли «фармаци» (защитник, исцелитель), отсюда и современные названия, связанные с лекарствоведением, — фармация, фармакопея, фармакогнозия.

Египетская медицина оказала большое влияние на развитие медицины Древней Греции и Рима.

Греки, как и многие другие народы, связывали целебное действие растений со сверхъестественными свойствами, данными им богами, поэтому сведения о лекарственных травах богато представлены в легендах и мифах. По преданиям, на Кавказе (Колхиде) под покровительством богини Артемиды находился волшебный сад ядовитых и лекарственных растений, откуда эти растения попали в Грецию.

Согласно греческой мифологии, богом врачей и врачебного искусства стал сын Аполлона исцеляющего — Асклепий. По Гомеру,

он был царем Фессалии (около 1250 г. до н. э.). Детство и юность Асклепия прошли в горах Пелиона. Этот край был известен густыми лесами, целебным воздухом, богатыми минеральными источниками, обилием лекарственных трав. Воспитывал Асклепия мудрый кентавр Хирон. До нас дошли изображения Хирона с факелом в руке. Вероятно, этот факел символизировал его стремление нести свет знаний людям. Хирон, хорошо изучивший целебные свойства трав, одновременно был прекрасным воспитателем, музыкантом, гимнастом. Сочетая всеобъемлющие знания с редкой мудростью и доброжелательностью, он воспитал многих героев Эллады (Тесея, Ясона, Ахилла).

Асклепий не только воспринял знания учителя, но даже превзошел его в искусстве врачевания. С самого начала обучения Асклепий познал важность природных факторов, физических упражнений и здорового образа жизни для сохранения и укрепления здоровья. Согласно мифам, Асклепий не только исцелял все болезни, но даже возвращал к жизни умерших. Этим он прогневал властителя царства умерших Аида и громовержца Зевса, так как нарушил закон и порядок, установленный Зевсом на земле. Разгневанный Зевс убил Асклепия, метнув в него молнию. Но люди обожествили сына Аполлона как бога-целителя. Они воздвигли ему много святилищ и среди них знаменитое святилище Асклепия в Эпидавре. Помещения для лечения больных при храмах назывались асклепийонами. Дочери Асклепия, Гигиея и Панакея, считались покровительницами отдельных отраслей медицины. Гигиея прославилась разумными профилактическими советами и почиталась как богиня здоровья. Изображалась она юной девой, держащей в руке чашу со змеей. Панакея была покровительницей лекарственного лечения и умела лечить от всех болезней. Поэтому панацеей стали называть легендарное средство от всех болезней.

Потомками Асклепия считали себя многие врачи Древней Греции, в том числе и Гиппократ (460—377 г. до н. э.). Родина этого выдающегося врача и мыслителя — остров Кос, знаменитый своей медицинской школой. Отец его был врач по имени Гераклит, мать — повитуха Фенарета. Род Гиппократа в течение 18 поколений занимался медициной, передавая свое искусство от отца к сыну. Гиппократ был широко образованным человеком, много путешествовал, изучал жизнь, быт и нравы народов Причерноморья и Средиземноморья. Он создал учение о причинах возникновения болезней и методах их лечения, сделал попытку собрать и привести в систему разрозненные наблюдения и сведения о лекарственных средствах, описал 236 растений, которые применялись в медицине того времени. Среди них — белена, бузина, горчица, ирис, золототысячник, миндаль, мята, чилибуха и др. Он считал, что лекарственные растения своим действием обязаны определенному, оптимальному сочетанию всех составных частей, и поэтому растения следует употреблять в том виде, в котором их создала природа, т. е. в натуральном или в виде соков. «Медицина есть искусство подражать целебному воздействию природы», — писал знаменитый врач древности.

Отправляясь к больному — знаменитому философу Демокриту, Гиппократ послал письмо своему собирателю трав Крашевасу. В письме содержалась просьба прислать травы и растительные соки, которые могут пригодиться при лечении: «...все соки, выжатые или вытекающие из растений, следует доставить в стеклянных сосудах, все листья, цветы, корни — в новых глиняных банках, хорошо закрытых, чтобы под влиянием проветривания не выдохлась сила лекарства, как бы впавших в обморочное состояние». При раскопках античных аптек обнаружено, что именно таким способом хранили лекарственные средства.

Отцом европейской фармакогнозии считается греческий врач Диоскорид, живший в I в. н. э. Им составлено описание всех лекарственных растений, употреблявшихся в античном мире, а его сочинение «Materia medica», снабженное многочисленными рисунками и еще в его время переведенное на латинский язык, в течение столетий являлось настольной книгой врачей и фармацевтов. Подобно своим соотечественникам и предшественникам Диоскорид в этом сочинении широко использовал опыт египетской, а следовательно, вавилонской и шумерской медицины. Достижения медицины Древней Греции были унаследованы и развиты учеными Рима.

Плиний Старший (I в. н. э.) — римский ученый, погибший при извержении Везувия в 79 г. н. э., используя накопленные его предшественниками знания, составил многотомную энциклопедию по естественным наукам «Historia naturalis», перечитав, по его утверждению, для этой цели более 2000 книг. Медицинским вопросам, в том числе лекарственным растениям, посвящено 12 томов его энциклопедии.

Наибольшую славу среди римских медиков заслужил Клавдий Гален, грек по происхождению, родом из Малой Азии. Он родился в 130 г. н. э. в семье архитектора. Отец хотел, чтобы его сын стал философом, и дал ему блестящее образование. Однако Клавдия более привлекали вопросы естествознания, особенно медицины, изучением которой он начал заниматься с 17 лет. Чтобы усовершенствовать свои медицинские знания, Гален предпринял путешествие по разным городам и странам, после чего стал практикующим врачом среди гладиаторов. В 164 г. он переехал в Рим и поступил на службу придворным врачом.

В противоположность Гиппократу Гален придерживался мнения о том, что у лекарственных растений есть два начала. Одно из них оказывает на больной организм лечебное действие, другое — бесполезно или даже вредно. Действующее начало предпочитает высушенному растению жидкость, поэтому его легко отделить от бесполезного. Для этого лекарственное растение следует настоять или прокипятить с водой, вином, уксусом или другой подходящей жидкостью. Извлечения из лекарственных растений быстро завоевали популярность во всех странах Европы и были названы «галеновыми препаратами». Гален имел свою аптеку в Риме, где сам готовил лекарства для больных. Им описано изготовление порошков, пилюль, лепешек, мыл, мазей, пластырей, горчичников, сборов и других ле-

карственных форм. В большом количестве приготовлялись косметические средства.

Перу Галена принадлежит около 400 сочинений, половина из них — по медицине. В книге Галена собран богатый материал в виде стандартных прописей и советов для использования практическим врачом. В течение веков сочинения Галена служили авторитетнейшими пособиями для европейской медицины и были переведены на латинский, арабский, сирийский, персидский языки.

С именем Галена связано усовершенствование одного из самых древних и популярных лекарственных средств — териака, считавшегося универсальным противоядием, а также средством от всех внутренних болезней. По преданию, териак был составлен понтийским царем Митридатом, опасавшимся быть отравленным. Пользовался он им ежедневно и сделался невосприимчив к ядам. После поражения в битве с римлянами, не желая сдаваться живым в плен, он вынужден был заколоться мечом, так как ни один яд на него не действовал. По мнению древних врачей, териак совмещал в себе качества противоядия от всех растительных и животных ядов. Он излечивал все процессы самоотравления организма, развивающиеся на почве внутренних заболеваний, а также был всесильным профилактическим средством, обеспечивающим долгую и безболезненную жизнь. Гален получил благодарность от императора Марка Аврелия из династии Антонинов за введенное им усовершенствование териака — золотую цепь с медалью, на которой было выгравировано: «Антонин — император римлян, Галену — императору врачей». В средние века териак вошел в большинство европейских фармакопей. Временами количество составных частей в нем достигало 100, из них основным было змеиное мясо. Готовился териак на меду и имел вид кашки. В некоторых городах его изготовляли публично с большой торжественностью в присутствии властей и приглашенных. В официальную русскую фармакопею териак вошел в 1798 г. в значительно модернизированном виде, имея в своем составе только 13 компонентов, в том числе корни дягиля, валерианы, касатика, горечавки, плоды бузины, можжевельника. Но к начала XX в. териак постепенно исключается из фармакопей и сейчас представляет собой исключительно достояние истории.

Большая заслуга в истории медицины принадлежит арабским ученым. Они первыми ввели правила для изготовления лекарств, издали первые фармакопеи («карабадини») — предшественники европейских фармакопей, создали учение о ядах и противоядиях, ввели в медицинскую практику новые лекарственные вещества и лекарственные формы, они же первыми ввели испытание лекарств на животных. В 754 г. в Багдаде была открыта первая аптека.

Выдающийся представитель арабской медицины — Абу Али Ибн Сина, таджик по происхождению, известный в Европе под именем Авиценны. Родился он в селении Аршана вблизи Бухары в 980 г. В Бухаре получил образование. Известно более 40 его трудов по астрономии и естествознанию, 185 — по философии, 3 — по музыковедению, множество стихов, 40 трудов по медицине. Его произведе-

ние «Канон врачебной науки» в течение столетий было настольной книгой не только арабских, но и европейских врачей и оказало большое влияние на развитие европейской медицины. В своей книге Ибн-Сина описал около 800 лекарственных средств и способов их применения. Два тома огромного шеститомного сочинения полностью посвящены фармации, в них дано описание более 900 видов лекарственных растений. Среди трех основных орудий врача, признаваемых Авиценной, — слова, травы и ножа — лечение растительными средствами считалось предпочтительнее. С изобретением книгопечатания до 1800 г. в Европе вышло 29 изданий «Канона врачебной науки», основного руководства для преподавания в университетах до XVIII в.

Начиная с XII в. арабская медицина через Испанию и Сицилию стала проникать в Европу. Больницы и аптеки устраивали по арабскому образцу. Первые европейские аптеки были открыты в VIII—X вв. в городах Салерно, Толедо, Кордова. Переводили арабские медицинские книги на латинский язык, в том числе и арабские переводы сочинений древних греков и римлян. Много завозили сырья восточно-арабского ассортимента. Однако средневековая «охота на ведьм» надолго задержала развитие большинства наук, в том числе фармации. Для непосвященных лекарства оставались волшебными снадобьями, а их названия усиливали приписываемую им чудодейственную силу. С тех пор живут легенды о девяти волшебных травах.

Большую роль в истории медицины и фармации сыграла медицинская школа в Салерно, возникшая в IX в. Это была первая светская медицинская школа в Европе. В середине XII в. в Салернской школе была составлена первая фармакопея.

В XI—XII вв. центрами средневековой медицины в Европе были университеты в Салерно, Болонье, Париже, Падуе, Оксфорде и др.

С изобретением книгопечатания одними из первых издаются медицинские сочинения. В 1456 г. в Майнце был издан «Ежемесячный календарь кровопусканий и слабительных». Он предназначался для врачей, но стал необычайно популярен среди населения. Около 1480 г. появилось первое издание «Салернского кодекса здоровья» Арнольда из Виллановы. П. Шеффер выпустил первые «Гербарии» (книги по лекарственной ботанике), а также «Сад здоровья» на немецком и латинском языках.

С началом эпохи Возрождения в числе других наук начинает развиваться и наука о растениях, в связи с чем переводят и издают большими тиражами труды античных авторов — Теофраста, Диоскорида, Плиния. При этом убеждаются в том, что многие растения не упоминаются у древних авторов. Новые растения, количество которых растет с каждым днем, изучаются и описываются. В XVI в. основываются первые университетские ботанические сады, сначала в Италии, затем в Западной Европе, несколько позже (в 1706 г.) в России. Разрабатывается номенклатура, закладываются основы систематики. В течение XVI—XVII вв. появляется ряд сочинений, в которых описывались и давались изображения отдельных растений: в Германии И. Боком (1498—1544), Л. Фуксом (1501—1566), в Италии —

П. А. Матиолли (1501—1577), в Швейцарии — К. Геснером (1516—1565).

В период позднего средневековья на развитие науки о лекарственных растениях оказало влияние учение знаменитого врача Теофраста фон Гогенгейма — Парацельса (1493—1541). Парацельс родился в семье врача в г. Эйзнидельне (Швейцария), получил образование в Северной Италии. Под влиянием просветительского движения своего времени он решительно порывает со старыми традициями, средневековыми авторитетами.

Парацельс рассматривал жизнь как определенный химический процесс, течение которого зависит от состава участвующих в нем веществ. Заболевание, по его мнению, наступает при отсутствии необходимых веществ, поэтому сущность лечения состоит во введении в организм недостающих химических веществ. Если природа, говорил он, произвела на свет болезнь, то она там же заготовила средство, исцеляющее от этой болезни, которое надо только разыскать. Поэтому он выступал против применения иноземных растений. Парацельс указывал, что действует не все растение, а лишь заключенное в нем особое вещество. Цель врача — получение этого вещества в возможно более чистом виде. Он усовершенствовал методы извлечения из растений действующих веществ, но в чистом виде получить их Парацельсу и его ученикам не удалось.

В выборе лекарственных растений Парацельс придерживался возникшего еще в древности учения о сигнатурах. Согласно этому учению, признаки внешнего вида растения (цвет, форма, запах, вкус, колючки) указывают на заболевание, при котором его следует применять. Так, если какой-либо орган растения имел форму округлую, либо завитка (полынь, кровохлебка), то они считались средством от головной боли; растения с узкими нитевидными листьями (спаржа и укроп) — средством, укрепляющим волосы; цветки розы, маргаритки, напоминающие по форме глаз, — средством от глазных заболеваний; крапиву же употребляли как прекрасное снадобье от колотий.

Учение Парацельса о действующих «началах» растений в дальнейшем послужило стимулом к изучению химического состава растений, где выдающаяся заслуга принадлежит фармацевтам.

XVIII—XX вв. — время расцвета фитохимии, когда были открыты основные группы действующих веществ в растениях. Особые заслуги имеет здесь шведский аптекарь К. В. Шееле (1742—1786). В те времена аптеки являлись не только торгово-производственными учреждениями, но и настоящими исследовательскими лабораториями. 44 из 48 важнейших работ были выполнены Шееле на базе аптеки. Много внимания он уделял извлечению органических кислот из растений. Им были открыты лимонная, яблочная, щавелевая, галловая кислоты, а также глицерин.

В XIX в. были выделены и начато изучение основных групп действующих веществ из растений — алкалоидов, гликозидов, дубильных веществ, начато изучение растительных пигментов и витаминов.

На Руси, как и у других народов, целебные свойства растений известны были с глубокой древности. Языческое мировоззрение,

господствовавшее в Древней Руси, придавало лечению характер сверхъестественный. Поэтому лечение с помощью небольшого набора лекарственных трав велось знахарями, ведунами, волхвами, т. е. людьми, по народным понятиям, знающими, как надо подействовать на нечистую силу. Даже простой прием растительных лекарственных средств сопровождался рядом магических процедур. Обычными лекарствами были полынь, крапива, хрен, ясень, можжевельник, подорожник, береза и др.

С введением христианства характер лечения несколько изменяется. Христианская религия вносит новые элементы — молитву и пост. Медициной начинают заниматься духовные лица.

Древнейшим памятником русской медицинской литературы является статья в «Изборнике Святослава», в которой содержатся медико-гигиенические сведения. «Изборник» был переведен в X в. с греческого подлинника для болгарского царя Симеона, а в 1073 г. переписан на Руси для черниговского князя Святослава Ярославича. В этой своеобразной энциклопедии помимо других сведений дается ряд медико-гигиенических советов, описываются наиболее распространенные средства из растений. В ней упоминаются «полынное зелие», употребляемое при лихорадках, белена, болиголов, о котором сказано: «никтоже ум имый, не зобле» (не ест).

В «Физиологе» и «Шестодневе» Иоанна, экзарха Болгарского, переведенных на русский язык в конце XI в., наряду с богословскими сведениями дается краткое изложение анатомии человека в том виде, в каком она представлялась древним грекам, дается описание лечебного действия аконита, болиголова, белены.

В летописях упоминаются «лечцы» из среды монахов, пользовавшиеся средствами народной медицины, — Демьян Целебник и Агапит — «врач безмездный», лечивший в Киеве в XII в. Агапит излечил киевского князя Владимира и отлично знал, «каким зельем лечится какой недуг». В XI в. в Киевской Руси при крупных монастырях создаются «шпитали». В летописях упоминаются Ефрем Переяславский, открывший в XII в. лечебницу в Переяславле, Григорий Премудрый, Ипат Целебник и др. Все эти врачеватели лечили травами и лекарствами собственного изготовления. Слава о их лечении долго сохранялась в народной памяти. Они успешно конкурировали с врачами-иностранцами при Киевском дворе — выходцами из Византии, Грузии, Сирии, Армении.

Как отражение этого процесса получил распространение культ христианского святого Пантелеймона-целителя, получившего на Руси имя Пантелея и имевшего свой исторический прототип. По преданию, святой Пантелеймон (III в. н. э.) родился в г. Никодимии (на территории нынешней Молдовы) в семье богатого римлянина. Мать, ревностная христианка, пыталась внушить сыну христианские принципы, но рано умерла. Отец, не разделявший взглядов жены, дал сыну классическое образование, а затем отдал его обучаться врачебному искусству к знаменитому придворному врачу Евфросину, где юноша вскоре достиг больших успехов. Быть бы ему придворным врачом, но в это время он попадает под влияние христиан, которые

обращают его в свою веру. Дальнейшая его деятельность протекает на родине в Никомидии. Как знающий и бескорыстный врач он быстро завоевал популярность, чем возбудил зависть у своих коллег. На него донесли императору Максимилиану, который жестоко преследовал христиан. Пантелеймон был подвергнут мучениям и казнен. Ему и его помощи как святого приписывают ряд чудесных исцелений. В народном представлении — это добрый и мудрый собиратель трав, помощник всех страдающих телесными либо душевными болезнями. Поэтический образ народного целителя создан в прошлом веке поэтом А. К. Толстым. Неожиданно в наши дни стих «Пантелеймон-целитель» получил актуальное звучание, поэтому приводим его полностью.

Пантелей-государь ходит по полю,
И цветов и травы ему по пояс,
И все травы пред ним расступаются,
И цветы все ему поклоняются.
И он знает их силы сокрытые,
Все благие и все ядовитые,
И всем добрым он травам, невредныим,
Отвечает поклоном приветныим,
А которы растут виноватые,
Тем он палкой грозит суковатою.
По листочку с благих собирает он,
И мешок ими свой наполняет он,
И на хворую братию бедную
Из них зелие варит целебное.
Государь Пантелей!
Ты и нас пожалей,
Свой чудесный елей
В наши раны излей,
В наши многие раны сердечные;
Есть меж нами душою увечные,
Есть и разумом тяжко болящие,
Есть глухие, немые, незрящие,
Опоенные злыми отравами, —
Помоги им своими ты травами!
А еще, государь, —
Чего не было встарь —
И такие меж нас попадаются,
Что лечением всяким гнушаются.
Они звона не терпят гуслярного
Подавай им товара базарного!
Все, кричат они, надо похерити;
Только то, говорят, и действительно,
Что для нашего тела чувствительно;
И приемы у них дубоватые,
И учение-то их грязноватое,
И на эти людей,
Государь Пантелей,
Палки ты не жалей,
Суковатыя!

Во времена правления Владимира Мономаха распространению лекарственных растений в Древней Руси способствовал приглашенный в Киев греческий врач Иоанн Смер (1053—1125). Об уровне древнерусской медицины можно судить по медицинскому сочинению «Аллима» (в русском переводе — «Мази»), написанному около

1130 г. внучкой Владимира Мономаха — Евпраксией Мстиславовной, выданной замуж за Византийского императора Алексея Комнина и получившей при коронации имя Зоя. По-видимому, еще с детства, она интересовалась народной медициной, изучила ее и успешно занималась лечением, за что и получила в народе имя Добродеи.

Трактат «Мази» состоит из пяти частей, включающих 29 глав. Первые три части содержат гигиенические советы и указания, а две последние — описание некоторых болезней и средств их лечения. В пяти главах четвертой части приведены рецепты для лечения различных наружных болезней: «О болезнях рта», «На паршивость головы». В частности, в качестве ранозаживляющего рекомендуется печеный лук. В пятой части две главы: «О болезнях желудка», «О болезнях сердца».

В трактате не только систематизированы разрозненные медицинские сведения того времени — он в значительной степени оригинальное сочинение. Заслуга автора в том, что в отличие от других средневековых медицинских сочинений сюда не включены существовавшие тогда нелепые средства лечения. Название «Мази» здесь использовано в значении «лекарственные средства».

Медицинские произведения XII—XV вв. до нас не дошли, хотя, по-видимому, они были. Самым ранним медицинским сочинением периода объединения Руси считается статья в сборнике Кирилло-Белозерского монастыря «Галиново на Иппократа», которая представляет собой сокращенный перевод сочинения Галена «О природе человека».

К XV в. относится «Лечебник Строгановых лекарств». В 1588 г. по приказу царя Федора Иоанновича был составлен «Травник тамошних и здешних зелий».

В XVI—XVIII вв. на Руси появилось множество вертоградов, лечебников и травников. Часть из них русского происхождения, а часть — переводные произведения. В то время была очень распространена вера в порчу, колдовство, чары, поэтому в книгах дается множество средств, применявшихся как с целью лечения, так и для колдовства.

Старинные лечебники не являются цельными произведениями. Обычно переписчики включали в одну тетрадь разные попадавшиеся им трактаты, и каждый из них вносил туда что-нибудь свое. Они добавляли, сокращали лечебники, поэтому их следует считать сборниками. Сборник под названием «Прохладный вертоград», переведенный на русский язык в 1672 г. подъячим Андреем Микифоровым, был самым распространенным на Руси в XVII—XVIII вв. Слово «вертоград» обозначает «сад», здесь — сад лекарственных трав. Этот лечебник — перевод популярной в XV—XVI вв. в Западной Европе медицинской книги с обширными дополнениями, включенными русскими переписчиками.

В первом разделе лечебника даны сведения о лекарственных средствах различного происхождения: «о хлебе ржаном», «о птицах всяких, к лекарству угодных», «о пчеле», «о заморских и русских зельях», «о водах из трав перепущенных» и др. Второй отдел вертограда

составлен из вопросов и ответов, где доказывается, что лечение болезней — богоугодное дело. В десятом разделе даются наставления по фельдшерскому и аптекарскому искусству. В конце лечебника выписывались иногда не только отдельные рецепты, но и целые статьи и медицинские трактаты.

Кроме переводных лечебников известно большое количество русских народных травников. В них различным травам нередко приписывается чудодейственная сила.

Издавна в Москве в зелейных лавках продавалось все необходимое для лечения различных болезней. Не только всякую траву, коренья, масла, мази можно было приобрести, но и драгоценные камни, сушеных жаб, кротов, лосиные рога, копыта, змеиный яд и др. Зелейные ряды были живым источником медицинских знаний для народа, так как здесь можно было получить совет по лечению любого заболевания.

В XVI в. после свержения татарского ига Россия возобновляет контакты с Западной Европой. На царскую службу приглашаются иноземные ученые, архитекторы, врачи. Открываются первые аптеки, учреждается Аптекарский приказ, создаются аптекарские огороды для выращивания лекарственных трав. Организуется заготовка дикорастущих трав не только в центре России, но и в Сибири. Сформировалась и особая система сбора и заготовки лечебных трав. Учрежденный в середине XVII в. Аптекарский приказ подбирал травников — «помяс», инструктировал их, что и где собирать и как доставлять в Москву. Известен нижегородский помяс Омелька Мухановский, который в 1663 г. был назначен в Аптекарском приказе лекарем и травником. Перевели его на жительство в Москву, а в Нижний Новгород он ездил на сбор трав и кореньев.

Аптекарский приказ не только обязывал воевод вызывать «знатцев» трав, но и содержать их на службе. Набирали русских людей и для обучения аптекарскому делу. Отдельные заготовители направлялись для закупок сырья в отдаленные области или даже за границу. Согласно указу от 13 июня 1663 г. лекарь Андрюшка Федотов выехал в Архангельск для закупок привозимых туда «хины и дерева сасафрасу и коры святого дерева». Ф. Я. Милославскому дано поручение купить 20 пудов хинной коры в Персии.

Параллельно существовала «ягодная повинность». В Воронеже и Саратове собирали «солодковое коренье вешне и осенне», из Ярославского уезда привозили ягоды можжевельника, из Коломны — чемерицу, из Казани — почечуйную траву. «Кошкину траву» — валериану — копали в Рязани, везли травы и из Сибири.

Контроль за ягодной повинностью осуществлял Аптекарский приказ, за невыполнение повинности полагался денежный оброк или даже тюремное заключение. Значительное количество сырья получали с аптекарских огородов, созданных по распоряжению Ивана Грозного на территории Кремля между Боровицкими и Троицкими воротами и слободой стрелецкого полка. Позднее были созданы аптекарские огороды в других местах. Особенной известностью при Алексее Михайловиче пользовался царев огород в селе Измайловском.

Огромное влияние на развитие науки о лекарственных растениях в России оказало создание в 1724 г. Академии наук, одной из основных задач которой было планомерное изучение флоры Российского государства от берегов Балтийского моря до Камчатки. Организуется ряд исследовательских экспедиций под руководством ученых Г. Г. Гмелина, П. С. Палласа, И. И. Лепёхина, Н. М. Максимовича-Амбодика, С. П. Крашенинникова.

В России, как и в других европейских странах, фармакогнозия, наука о лекарственных растениях, до 1815 г. была составной частью фармации. К середине XIX в. в России появились первые учебники по фармакогнозии, вначале переводные, затем оригинальные, проф. Московского университета В. А. Тихомирова.

В XIX в. в связи с развитием капитализма в России заготовка лекарственного сырья переходит в частные руки, главным образом владельцев крупных аптекарских фирм. В Полтавской губернии заготовку вела фирма провизора Ф. Деля, в Смоленской, Калужской, Московской, Владимирской губерниях — фирма московского аптекаря Феррейна и др. В Воронежской области культивировались эфирно-масличные виды — анис, тмин, мята. Отечественная фармацевтическая промышленность была неразвита, поэтому основная масса сырья вывозилась за границу. В части обеспечения лекарственными препаратами Россия была поставлена в полную зависимость от Западной Европы. С началом первой мировой войны и прекращением ввоза лекарств не только население, но и армия оказались перед угрозой «лекарственного голода». Были предприняты срочные меры по исправлению создавшегося положения.

В период 1914—1917 гг. активизируются работы по выявлению ресурсов отечественных растений и поискам отечественных заменителей импортного сырья, были восстановлены объем и номенклатура заготавливаемых растений. Широко развернулись фитохимические и ресурсоведческие исследования.

Считаем необходимым особо остановиться на роли, которую сыграли лекарственные растения во время Великой Отечественной войны. В 1941 г., а особенно к середине 1942 г., огромная территория европейской части страны, на которой традиционно велись заготовки лекарственного сырья, была оккупирована врагом. Возникла необходимость срочно организовать заготовку на Урале, в восточных районах страны, в Средней Азии и Закавказье, тем более что фронт и население тыла остро нуждались в перевязочных средствах и антисептиках, витаминных и тонизирующих препаратах. Для всего населения сбор лекарственных растений стал делом оборонного значения. В результате номенклатура заготовленного сырья возросла с 25 наименований в 1941 г. до 105 видов в 1945 г.

Наука была на переднем крае в деле обеспечения страны лекарствами. В годы войны в ряде научных центров Сибири были созданы комитеты ученых. В Томске был организован комитет, куда входили специалисты разного профиля — ботаники, химики, врачи. Проблема была одна — изыскание и использование местного лекарственного сырья для нужд госпиталей и больниц. Параллельно

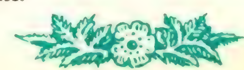
изучался химический состав лекарственного сырья, возможности получения из него препаратов, действие этих препаратов в организме больного. Всего в военные годы было введено в медицинскую практику около 50 лекарственных растений, большинство из которых относились к «забытым» научной медициной, но активно использовались в народной: в 1947 г. профессорам Н. В. Вершинину, Д. Д. Яблокову, В. В. Ревердатто была присуждена Государственная премия.

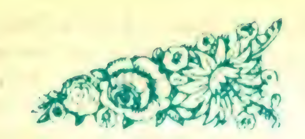
В качестве активных антисептиков для лечения гнойных ран и язв были использованы фитонциды лука и чеснока. Для этих же целей были предложены препараты календулы, арчовое масло, бальзам из пихты, зверобойное масло. В госпиталях и больницах испытывался острый недостаток перевязочных материалов. И здесь решить проблему помог сфагнум — торфяной мох. Ученые доказали, что он обладает не только гигроскопическими, но и бактерицидными свойствами, поэтому способствует быстрому заживлению ран. Использовался также обезжиренный тополевый пух, заготовка которого была организована населением.

В 1941 г. впервые в госпиталях стали применять лимонник. Настойку лимонника использовали не только в качестве средства, помогающего быстро восстановить силы раненых, но и для повышения остроты зрения у летчиков, вылетающих в ночные полеты. Проблемой было также лечение желудочных заболеваний, получивших распространение из-за недоброкачественной пищи, антисанитарных условий. Для их лечения были предложены соплодия ольхи, корни кровохлебки, бадана, трава льнянки, володушки. Впервые было организовано производство синтетической камфоры, витаминных препаратов из хвои сосны, околоплодников незрелых грецких орехов. Очень показателен пример поисков и производства заменителя лобелина — алкалоида, добываемого из лобелии, произрастающей в Центральной и Северной Америке. В условиях войны получать ее из-за границы было невозможно. В нем остро нуждались раненые, так как он относится к стимуляторам дыхания.

Начались поиски заменителя. Проблема была решена учеными Никитского ботанического сада. В плодах произрастающего в Крыму ракитника был обнаружен цитизин, по действию аналогичный лобелину. Не хватало сырья, и на помощь ученым пришло все население Ялты. Было заготовлено 1314 кг сырья, которое затем переработали на заводе в Москве и получили необходимое количество препарата.

В современной медицине лекарственные растения не только не утратили своих позиций, но привлекают к себе все более пристальное внимание ученых. Из более чем 3000 препаратов, применяемых отечественной медициной, 40 % вырабатывается из лекарственных растений. С каждым годом число их увеличивается. Лекарственным растениям нередко отдают предпочтение в связи с их небольшой токсичностью и возможностью длительного применения без проявлений побочного действия.





СБОР ТРАВ В ЛЕГЕНДАХ, РИТУАЛАХ, ОБЫЧАЯХ



Травы, колеблемы ветром, свои стебельки наклоняют.
Травам, склонясь, поклонись, эти срывая ростки.
Дивный подарок тебе животворная дарит Природа;
В нем исцеленье твое: травам, склонясь, поклонись.

Ю. Шульц

Врачевание всегда было доходным занятием, поэтому лекари принимали меры к тому, чтобы людей, знающих лечебные свойства трав, было поменьше. Желающих заняться этим делом всячески отпугивали, окружая свое ремесло таинственностью. Сбор, изготовление лекарств и лечение сопровождались магическими приемами и заклинаниями. В средние века знахари принимали пациентов в мрачных пещерах или хижинах, украшенных черепами, черными кошками, совами. Когда давали лекарство, шептали страшные заклинания, а чтобы заставить других людей отказаться от самостоятельных поисков трав, о вполне безобидных растениях сочиняли полные ужасов легенды.

Одной из таких легенд была легенда о мандрагоре. Внешне корень мандрагоры напоминает фигуру человека. Считалось, что обладатель этого корня сохранит на всю жизнь молодость, здоровье и красоту. Но человек, рискнувший самостоятельно добыть этот корень, подвергается смертельной опасности. И только посвященный в тайну корня может выкопать его. Найдя растение, нужно было три раза очертить место мелом, затем привязать растение к хвосту черной собаки и заставить ее вырвать его, а самому в это время стать лицом к западу. Раздавался ужасный крик мандрагоры, а собака, вырвавшая корень, немедленно погибала.

На Руси сбор трав приурочивался к дню Аграфены-купальницы (6 июля по новому стилю). У сборщиков этот день зовется «Аграфена — злые коренья». Массовое цветение трав совпадало с этим днем и следующим за ним днем Ивана Купалы (7 июля) — временем сбора волшебных трав. В праздновании дня Ивана Купалы соединились христианские и языческие верования. Иван — Иоанн Креститель, который «купал», т. е. крестил Христа, и Купала — языческий бог, которому в древние времена «благодарения и жертвы в начале жатв приносиху». По народному поверью, собранные в этот день травы обладали особой целительной силой, а ночью растения разговаривали между собой.

Белорусский этнограф Е. Р. Романов так описывает этот сбор: «Ранним утром 23 июня (старый стиль) девушки и молодухи целыми толпами отправляются в луга, поля и леса за Ивановскими цветами и травами. Во время собирания цветов и трав нужно обязательно петь Купальские песни, в противном случае травы их не будут иметь целебной силы, даже и по освещении их в церкви. Каждая женщина старается набрать цветов и трав как можно более, целые снопы, причем предпочитаются травы Иван-да-Марья, золототысячник, росичка, купальник, зверобой, чистотел, богородицыны слезки, заячья цыбулька, мокрица, а также аир, тростник, колосья ржи. Принесенные в дом травы ставятся в холодном месте до следующего дня, а затем 24 июня приносятся в церковь и освящаются». В ночь на Ивана Купалу совершаются разные чудеса: цветет папоротник — перунов огнецвет, показывается разрыв-трава, цветущая так недолго, что еле успеешь прочесть три молитвы: «Отче наш», «Богородицу» и «Верую».

В одном из старинных русских травников требовалось, чтобы искатель трав обязательно имел скамейку, сделанную из девяти пород только хвойных деревьев, и при вытаскивании растения из земли непременно становился коленями на эту скамейку. В другом травнике рекомендовалось собирать травы в строго определенный день, чаще всего один в году, попостившись, вдали от жилья, «где не слыхать петушиного крику», сбросив одежду, выкупавшись в росе и прочтя заклинания. При этом необходимо было иметь при себе предварительно выкопанный корень плакун-травы, отгоняющий злое чародейство. «Есть плакун-трава, растет при озерах, высока в стрелу, цвет багров и та трава вельми добра. Пригодна в чистоте держать в избах или с собою в пути носить, нечистый дух не прикоснется и со оным корнем травы рвать, иметь при себе, а когда не иметь при себе сего корня, то хоша после приложи траву к плакунову корню, то и будет всякая трава иметь свою силу, а крест из нее вырезать и носить при себе вельми добро».

Научное название плакун-травы — дербенник иволистный. На листьях дербенника есть большие водяные устьица, которые выделяют избыток воды при повышенной влажности. По преданию, плакун-трава появилась, когда распяли Христа. Богородица при этом так горько плакала, что из ее слез и выросла эта трава. Сборщик с пучком травы становился лицом к востоку и произносил: «Плакун, плакун! Плакал ты долго и много, а выплакал мало. Не катись твои

слезы по чисту полю, не разносись твой вой по синю морю». При этом подчеркивалось бережное, уважительное отношение к траве как носительнице целебной силы. «Небо — отец, земля — мать, а ты, трава, позволь себя рвать». Нужно, «чтобы траве не было больно» и от «многого брать немножко». Это особенное уважение, почти поклонение, подчеркнуто в поэме неизвестного автора, помещенной в средневековом произведении «О свойствах трав» Одо из Мена.

Днесь вас молю я, травы всё могучие,
Величье ваше я молю, которое
Земля, что вас родила, всем вам в дар дала.
Она вдохнула в вас лекарство к здравию
С величьем вместе, чтобы неизменно вы
Всем людям были помощью полезнейшей.
... Что б я из вас ни сделал и кому б ни дал,
Да будет вместе с вами там благой исход,
Эффект быстрейший. Чтобы мне всегда дано
Величьем было вашим благосклоннейшим
Сбирать вас...

Колдовство имело самую тесную связь с народной медициной. Например, от бесплодия долго лечилась у знахарки супруга князя Василия Ивановича — княгиня Соломония. Великая княгиня София — супруга Ивана III в 1497 г. лечилась у знахарки по тому же поводу. Знахарка по велению Ивана III была утоплена. Старинным народным средством — медом лечился от подагры Иван Грозный. По мнению ученых, такая тесная связь магии с народной медициной объясняется следующими причинами: во-первых, убеждением, что болезнь есть результат влияния «злых духов» и что исцеление могут принести только сверхъестественные силы; во-вторых, убеждением в том, что человек находится в таинственной связи с окружающей природой и от нее зависит его здоровье; в-третьих, верой в то, что болезнь есть злое существо, которое может быть изгнано и перенесено на других.

Вместе с тем тысячелетиями складывались и отрабатывались рациональные приемы сбора трав и, хотя объяснялись они в свое время влиянием сверхъестественных сил, современная наука нашла им вполне материалистическое объяснение. Например, такие рекомендации народной медицины, как применять для лечения больного травы, собранные в местности, где он проживает, либо собирать травы только в новолуние, при «ущербном месяце», либо в отсутствие луны. Еще в древнем Вавилоне дурман и белену собирали только ночью. Плиний Старший в 18 томе «Естественной истории» много говорит о влиянии фаз луны на растения, животный мир и человека. Так, при полнолунии растение всасывает больше воды, чем в другое время, следовательно, дольше сохнет и теряет больше действующих веществ. Известны науке и суточные колебания концентрации действующих веществ в растениях. Некоторые растения, содержащие алкалоиды, накапливают их ночью и теряют днем.

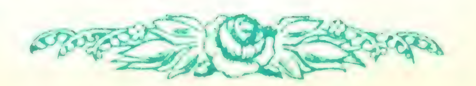
В русских лечебниках давались рисунки лекарственных растений, приводились подробные сведения о внешнем виде лекарственных растений и местах их произрастания. Вот как описывается проскурняк — алтей лекарственный: «Стебел ее суховат, вышиною два

локот или трех, цвет у себя желт имееть, а воняние аки болшева роману, листвием же та трава собою долга и остра, плевою белою обдёрнута, а собираем и корень и листвие и цвета, егда трава цветет в маи во исходе». О широко известных обычно считали «непотребно писать, коим обычаем ростуть», так как они «всеми знаеми суть».

Сбор лекарственных растений определялся не только календарным расписанием, но и погодными условиями. Наилучшее время сбора травы показывают пчелы, и брать растения нужно там, где их много. «Некогда ино лето бывает студеностно, некогда вельми жарко». Кроме того, даются подробные указания по сбору и сушке сырья. Корни следовало «выкопати и очистити и вельми добре обмыти и высушити, да вологость иссякнет». Или по сушке цветков шиповника «цвет своробориный надобе сушити на ветре, а не на солнце, или отдали солнце сквозе окончину или сквозе полотенцо, часто их изворашевой». Четкие указания давались относительно сроков хранения и возможности фальсификации сырья. «Многие оманщики, которые людей прельщають и лесного дягиля корение за огородный продають и мастер тем прельщается и лечба несовершенна».

Параллельно с народной медициной рациональные приемы сбора лекарственных растений разрабатывались научной медициной. Интересны в этом отношении рекомендации Авиценны (XI в. н. э.), которые мало чем отличаются от правил заготовки сырья, принятых современной фармакогнозией: «Листья надо срывать после того, как они полностью приобретут свойственный им объем и форму и останутся в таком виде некоторое время, но прежде, чем они изменят окраску и сломаются, во всяком случае, чем они станут опадать и осыпаться. Семена следует собирать после того, как тело их окрепнет и когда их покинет незрелость и водянистость, а что касается корней, то их следует брать до того, как начнется листопад. Цветки следует собирать после полного их раскрытия, но до увядания и осыпания. ...Что же касается плодов, то их срывают после того, как они вполне поспеют, но прежде, чем они готовы будут упасть. ...Чем меньше сморщились корни и завяли стебли, чем жирнее и полнее семена, чем плотнее и тяжелее плоды, тем лучше. ... Плоды, собранные в хорошую погоду, лучше тех, которые собраны при плохой, сырой погоде и вскоре после дождя. ... Плоды, сорванные в подходящую пору, тверже тех, при сборе коих время было выбрано неправильно. Чем цвет плодов насыщенней, вкус отчетливей, а запах резче, тем они сильней в своем роде».

Современная фармакогнозия уже не эмпирически, а используя последние данные о динамике биосинтеза, накопления и распада биологически активных веществ в растениях, разработала рациональные приемы сбора лекарственного сырья, широко используемые в практике заготовок.





...И душистый гнет он аир,
И, скользя очеретом,
Стебли длинные купавок
Рвет сверкающим веслом.

А. Толстой



Аир обыкновенный (аир болотный, аир, татарское зелье, лепёха, явр) — *Acorus calamus* L. Сем. Ароидные — Araceae

Родовое латинское название связано с греческим словом «acoron»; «kore» — глазное яблоко, так как в древности аир применяли для лечения глазных заболеваний. Появление же видового латинского названия связывают с историей проникновения его в Западную Европу. На Востоке — Индии, Китае — аир широко распространен и известен в качестве лекарственного и пряного растения. С Востока он попадал в высушенном виде в Древнюю Грецию и Рим. Еще Гиппократ писал о прекрасных лекарствах из ирного корня. В средние века ароматный корень привозили через Стамбул и в Европу, но только в засахаренном виде как восточную сладость, и тайну этой «трости благовония» турки тщательно хранили. Все же в 1574 г. австрийскому послу в Турции удалось прислать ботанику Клаузиусу, директору Венского ботанического сада, посылку с душистыми корневищами аира, годными для посадки. Клаузиус с большой благодарностью принял подарок в полной уверенности, что он является единственным в Европе обладателем экзотического и, несомненно, красиво цветущего растения. Он сам выбрал место посадки в уголке пруда. Растение оказалось неприхотливо и быстро разрасталось, а на третий год зацвело. Но

каково же было разочарование ботаников, когда они увидели у растения не прекрасные цветки, а невзрачный початок с множеством желтовато-зеленых цветочков. Вдобавок ко всему растение не завязывало плодов и размножалось исключительно кусочками корневища. Разочарование ботаников и отразилось в латинском названии растения, буквально обозначающем «безобразная трость». Почти одновременно с Венским аир был приобретен Пражским ботаническим садом, откуда растение скоро расселилось в пруды и тихие водоемы Западной Европы.

Но на этом сюрпризы для ботаников не закончились. Оказалось, что для Восточной Европы это вовсе не экзот, а обычное растение, известное под названием «татарская трава», или татарское зелье. По преданию, в нашу страну аир был завезен во времена татаро-монгольского нашествия. Татары считали аир растением, очищающим воду, и были убеждены, что там, где он растет, можно пить ее без риска для здоровья. Поэтому татарские конники возили с собой в переметных сумах кусочки живых корневищ и бросали их во все встречавшиеся водоемы. Корневища быстро укоренились, и вскоре берега водоемов зарастали сплошным поясом душистого растения. По-видимому, из-за этого в нашей стране имеются два совершенно изолированных друг от друга ареала аира — европейский и дальневосточный. Из-за своей неприхотливости аир широко распространился по всей территории Западной и Восточной Европы, но изоляция от родины не прошла бесследно. Лишенное специфических насекомых-опылителей, живущих в Индии и Китае, и не способное к самоопылению, растение не завязывает плодов и размножается исключительно вегетативным путем.

Аир — древнейшая пряность, соперничающая с лавровым листом. Его сушеными корневищами на Ближнем Востоке торгуют вот уже 4000 лет. Он придает блюдам своеобразный вкус и запах. Засахаренный аир заменяет имбирь, корицу, мускатный орех.

Диоскорид говорил, что лучший аир — белый, плотный, не изъеденный, не пористый, полный, с приятным запахом.

Авиценна рекомендовал его в качестве очищающего, при заболеваниях желудка, печени, в качестве мочегонного средства. По его мнению, аир «утончает утолщение роговицы и помогает от бельма, но особенно подходит в обоих случаях его выжатый сок».

В средние века считали аир прекрасным дезинфицирующим средством. Его жевали для профилактики при эпидемии сыпного тифа, холеры, гриппа, порошком аира присыпали гноящиеся язвы и раны. Душистое растение использовали в обрядах, на праздник Троицы его листьями устилали полы и даже дворы.

Русский травник XVIII в. сообщает: «Ир, или водяная райская трава... Корень ее снаружи красноват, внутри бел, толщиной с палец, легок, составлен из множества коленцев, покрыт волокнами и имеет пронзительный и нарочито приятный запах. Он содержит в себе много масла и летучей соли».

В настоящее время в медицине применение аира ограничено. Он используется главным образом в составе средств, возбуждаю-

щих аппетит и улучшающих пищеварение, иногда в качестве тонизирующих средств при угнетении центральной нервной системы. В народной медицине применяется как желудочное средство, отваром моют голову при выпадении волос, пьют при зубной боли. Порошок из корневища аира принимают внутрь (на кончике ножа) при изжоге, воспалении почек и мочевого пузыря. Для укрепления десен порошок корней подмешивают к зубному порошку. Вводят аир и в состав сборов от диатеза у детей и сборов, применяемых при язвенной болезни желудка с пониженной кислотностью. Отвар корневищ готовят из соотношения 15,0 г измельченных корневищ на 200 мл воды. Настаивают на холодной воде 8 ч в теплом месте, часто взбалтывая. Принимают по одной столовой ложке 3 раза в день перед едой.

Аир болотный — многолетнее растение из семейства ароидных, имеет горизонтальное разветвленное корневище, на приподнятом конце которого образуется пучок мечевидных листьев, охватывающих розоватыми основаниями друг друга. Листья его похожи на листья ириса, но только длиннее и тоньше.

У Авиценны дано следующее его описание: «Это корни растения, похожего на папирус. По большей части оно растет в стоячих и проточных водах. На его корнях беловатые узлы с противным запахом, к которому примешивается легкое благоухание». Очевидно, здесь проявилось субъективное восприятие запаха растения, так как и античные и современные авторы подчеркивают его приятный, но слегка навязчивый запах. Причем душисты все органы растения, за исключением тонких корней. К середине лета из пучка листьев появляется трехгранный стебель с конусовидным соцветием — початком. Початок покрыт прицветным листом. В нецветущем состоянии от похожих растений отличается только запахом.

Корневище содержит до 4 % эфирного масла, дубильные вещества, смолы, аскорбиновую кислоту, гликозид акорин.

В Западной Европе его используют для изготовления водок, ликеров. Эфирное масло применяется в парфюмерии для ароматизации мыла и кремов.





Вывел. А тот, разъярясь, возбуждаемый бешеной злобой,
Громким лаем тройным одновременно воздух наполнил
И по зеленым лугам разбросал белесую пену.
Пена пустила ростки, говорят, и, влагу вливая
Из плодоносной земли, получила зловредную силу.
Этот живучий цветок, растущий на твердых утесах,
Жители сел аконитом зовут.

Овидий



Аконит (борец, трава прикрыш, волкобой, омег) — виды рода *Aconitum*. Сем. Лютиковые — Ranunculaceae

Название «аконит» дано еще Диоскоридом и произошло оно от города Аконе, окрестности которого считались родиной одного из видов этого рода и возле которого Геракл, по преданию, совершил свой одиннадцатый подвиг. А было это так.

По приказу царя Микен Еврисфея, на службе у которого по воле богов находился могучий Геракл, он должен был спуститься в мрачное, полное ужасов царство Аида — бога подземного царства — и привести адского стража, пса Кербера. Три головы были у Кербера, на шее извивались змеи, хвост заканчивался головою дракона. Долго шел, много ужасов видел Геракл на своем пути в подземное царство, но проводником ему был быстроногий Гермес и, наконец, Геракл предстал перед троном Аида. Бог подземного царства приветливо встретил великого героя, выслушал его просьбу, но поставил условие: Геракл должен был одними руками, без оружия укротить Кербера. Долго искал Геракл Кербера по подземному царству, наконец, нашел, обхватил его шею своими могучими руками. Грозно завыл пес, силился вырваться, но все крепче сжимались могучие объятия и, наконец, полузадушенное чудовище упало к ногам героя. Геракл повел его к выходу из подземного царства. Испугался пес дневного света, покрылся потом. Клочья пены падали на землю, а из

этой пены выросла трава, которую назвали аконитом. Геракл привел Кербера к стенам Микен. Испугался Еврисфей, увидев чудовище, умолял увести пса обратно в подземное царство. Выполнил его просьбу Геракл, вернул пса Аиду.

Общеизвестное русское название «борец» растение получило за внешнее сходство цветка, вернее, одного из листочков чашечки, с шлемом римского воина. Другое русское название «прикрыш-трава» связано со следующим поверьем. Растение собирали осенью в определенный день и употребляли против свадебных наговоров. Делалось это так. Когда невесту вели в дом жениха, знахарь забегал вперед и клал траву-прикрыш под порог. Невеста, входя в дом, должна была перепрыгнуть через порог, не наступая на траву. Если она вдруг нечаянно наступала на траву, то молодая семья не была защищена от наговоров недобрых людей.

Ядовитость аконита послужила причиной того, что в мифах он стал непременным атрибутом богини Гекаты. Геката властвует над всеми привидениями и чудовищами. У нее три тела и три головы. Она посылает ужасы и кошмарные сны на людей, помогает отравителям, ее призывают как помощницу в колдовстве. Блуждает Геката в мрачном подземном царстве Аида в сопровождении своих ужасных спутников. Как люди, так и боги боятся прогневить ее.

«Мать-королева ядов» — называли аконит в древности. Древние галлы и германцы натирали экстрактом этого растения наконечники стрел и копий, предназначенных для охоты на волков, пантер и других хищников. В Непале им отравляли питьевую воду для защиты от нападения врагов; мясо коз и овец, отравленных аконитом, использовали для приманки крупных хищников. А. П. Чехов описал отравление людей на Сахалине, употребивших в пищу печень свиней, съевших аконит. Человек погибает от 0,003—0,004 г аконита. В Древнем Риме из-за ярко окрашенных цветков он пользовался успехом как декоративное растение и широко культивировался в садах. Однако римский император Траянус в 117 г. запретил выращивать аконит, так как были частыми случаи подозрительных смертей от отравлений. В средние века аконит использовали для отравления преступников, осужденных на смертную казнь.

Плутарх рассказывает об отравлении этим растением воинов Марка Антония. Воины, в пищу которых попал аконит, теряли память и были заняты тем, что переворачивали каждый камень на своем пути, будто бы искали что-то очень важное, пока их не начинало рвать желчью.

Существует предание, что знаменитый хан Тимур был отравлен именно ядом аконита — соком этого растения была пропитана его тюбетейка.

Все растение ядовито. Ядовит даже мед, содержащий пыльцу растения. Не случайно у Авиценны разные виды его носят названия «барсодушитель», «волкодушитель». В фармакогнозии Бируни «это трава, которая убивает собак, барсов, свиней, волков, если положить ее в пищу. Некоторые полагают, что если его приблизить к скорпиону, то он ослабляет его».

В средневековой Европе аконит известен только как яд. В Китае он входит в состав болеутоляющих лекарств. Врачи Тибета и Китая, зная о высокой токсичности растения, перед употреблением подвергают его длительной и сложной обработке: клубни растения на 7 суток заливают пресной водой, затем опускают на 40 мин в кипящую воду, причем воды берут удвоенное количество по отношению к сырью, и добавляют 6 % воды, в которой клубни отмачивались. Затем клубни еще раз опускают в пресную воду на 24 ч, после чего очищают от пробки, режут на дольки и снова вымачивают в течение 5 суток, причем на четвертые сутки воду меняют. После отмочки ломтики клубней варят на пару в течение 12 ч, а потом сушат в огневых сушилках. Для изготовления отвара клубни еще кипятят в течение 2 ч и только после этого включают в лекарство другие компоненты.

Первые попытки европейской медицины использовать аконит как лекарственное растение относятся к XVIII в., причем использовали как клубни, так и листья и цветки. Он был одним из первых растений, исследованных на содержание алкалоидов. Алкалоиды его вызывают судороги и паралич дыхательного центра.

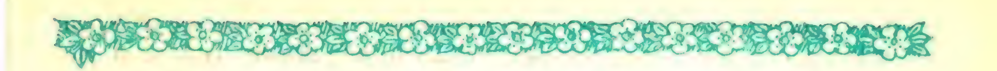
В настоящее время корневища используют наружно при невралгии, мигрени, ревматизме как болеутоляющее. В гомеопатии его применяют от головной боли. Из аконита белоустого получают антиаритмический препарат аллапелин.

Род аконит включает около 300 видов травянистых многолетников. Большинство из них ядовито. В качестве лекарственного используется аконит джунгарский.

Aconitum soongoricum Stapf.

Крупное растение до 2 м высотой. Корневище горизонтальное, состоящее из клубней: молодого и одного или нескольких старых, соединенных в виде цепочки. Листья многократно, глубокопальчаторассеченные, крупные. Цветки крупные, собраны в верхушечные декоративные кисти. Околоцветник сине-фиолетовый. Венчик видоизменен в синие нектарники со шпорцем, чашечка неправильная, верхний листочек имеет вид шлема с носиком. Цветет с июня до августа. Плод сборный, трехлистовка, с большим количеством черных семян. Встречается в горных районах Средней Азии. В корневищах аконита найдены алкалоиды аконитин, мезаконитин и др. Используется для борьбы с грызунами.





Есть два вида алоэ: один красноватый и этот,
Если его надломить, то на печень похож, —«гепатитом»
Он и зовется, имея, как средство, могучие силы;
Кажется, он и полезней, чем черный, как смоль, на изломе.

Одо из Мена



лоэ древовидное (столетник, доктор) — *Aloë arborescens* Mill. Сем. Асфоделовые — Asphodelaceae

Считается, что слово «алоэ» пришло в Европу из арабского языка и обозначает многолетнее суккулентное растение, имеющее мясистые листья и стебли и способное переносить длительную засуху.

На аккадском языке (древнейшем из семитских) алоэ обозначалось «si-bu-ru», от этого произошло арабское «sabr» или «saber», означающее терпение, выносливость. Арабы считали алоэ символом выносливости, поэтому вываренному досуха соку алоэ они также дали название «сабур». Это свойство выносливости с древности удивляло и восхищало людей. В Ассирии и Вавилоне (2000 лет до н. э.) алоэ использовали для украшения дверей дома. Над входом в новый дом вешали ветку алоэ. Висящие на домах растения жили без воды по нескольку лет и даже цвели. Этот древний обычай в некоторых странах Ближнего Востока сохраняется по сей день. Объясняется он магическими свойствами, будто бы присущими алоэ. Считалось, что висящие над входом растения способствуют долгой и благополучной жизни обитателей дома.

В качестве лекарственного средства алоэ был известен в Древнем Египте, где его использовали в составе средств для бальзамирования умерших. Более подробные сведения о лекарственном применении алоэ приводятся античными авторами Диоскоридом и Плинием. Долгое время греки вынуждены были платить за алоэ разоритель-

ную цену. И тогда Александр Македонский по совету своего учителя, великого философа Аристотеля, предпринял завоевание о. Сокотра. Этот остров в то время славился своим сабуром, который вывозился во многие страны мира. Жители острова готовили его путем сгущения сока, получаемого из растущего там алоэ. После завоевания остров был заселен греками, а туземцы превращены в рабов.

О широком применении сока алоэ в античные времена писал Диоскорид: «Сгущает и высушивает раны, возбуждает сон, ... зарубцовывает раны тела, рта, половых органов, приостанавливает выпадение волос на голове ... Очищает желчь и устраняет желтуху, хорошее средство при ожогах и опухолях...». Гален включал сабур в состав «эликсира для долгой жизни». Авиценна замечает: «...вообще сабур самое подходящее для желудка слабительное».

В средние века в книге Одо из Мена «О свойствах трав» указывалось:

Голову он очищает от флегмы, желудок и члены,
Мягко через живот очищая вредящую влагу;
Он очищает желтушных, полезен и печени недрам.
Свежую рану от гнили, введенный в нее, избавляет
Этой травы порошок и, ее осушив, исцеляет...

Древним ученым не было известно распространенное сейчас алоэ древовидное, родиной которого является Капская область, находящаяся на юге Африки. Греки и арабы различали три вида алоэ и соответственно три вида сока из них: сокотрийское, аравийское и обыкновенное (саманджанское). Характерный отличительный признак — оттенок сока от почти бесцветного до красноватого.

Авиценна замечает: «Лучший сабур — это сокотрийский. Сок его подобен соку шафрана, а запах — такой, как у мирры. ...а аравийский сабур уступает ему в отношении желтизны, тяжести и блеска, но более липкий и твердый... Саманджанский сабур дурно пахнет, он слабо-желтый и без блеска. С течением времени сабур чернеет».

Способы получения сока были в разных странах разнообразны. Наиболее древний заключался в следующем: срезанные крупные листья раскладывали по краям ямы срезом вниз. В течение нескольких часов сок самопроизвольно вытекал и накапливался в яме, затем его оставляли на солнце. Спустя длительное время сок превращался в густую массу, которую дополнительно упаривали до полного удаления воды. Процесс этот занимал несколько месяцев.

Ученые насчитывают свыше 300 видов алоэ. Самый распространенный вид — *Aloë vera* (алоэ настоящее). Родина его неизвестна. С древнейших времен этот вид культивировался по всему Средиземноморью. Испанцы завезли его в Южную Америку, где растение также широко расселилось, найдя вторую родину на о. Барбадос. По всей Европе известно в виде комнатной культуры.

Родина алоэ древовидного (*A. arborescеus*) — южноафриканская пустыня Карра. Этот вид стал известен европейцам лишь в конце XV в. благодаря путешествиям португальского мореплавателя Бартоломеу Диаша.

В настоящее время высушенный сок алоэ — сабур применяется

редко, главным образом в качестве слабительного средства. Однако приобрели популярность другие препараты алоэ, приготовленные на основе консервированного сока алоэ в сочетании с другими компонентами.

Особым вниманием современной медицины пользуется группа препаратов, названных биогенными стимуляторами. Честь открытия их принадлежит выдающемуся ученому акад. В. А. Филатову. Он установил, что всякая живая ткань, помещенная в неблагоприятные условия, способна вырабатывать вещества, поддерживающие ее жизнедеятельность в этих условиях. Если кусочки стимулированной ткани поместить в больной организм, биогенные стимуляторы способны резко повысить его сопротивляемость болезни, вплоть до полного выздоровления.

Врачи относят препараты биогенных стимуляторов к препаратам неспецифического действия, т. е. оказывающим влияние на весь организм. Наибольшую известность получил водный экстракт листьев алоэ в ампулах, чаще всего применяемый при заболеваниях глаз. Об этом свойстве говорится и в поэме Одо из Мена: «...да и для глаз, ты поверь, ничего не найдется целебней...».

Для получения биогенных стимуляторов пригодна любая живая ткань, но алоэ было выбрано потому, что его листья могут долго сохранять жизнеспособность в неблагоприятных условиях не увядая, что было замечено еще в древности. Для стимуляции листья выдерживают в темноте от 4 до 8 °C в течение 12 суток. Различные виды алоэ, культивируемые в комнатных условиях, популярны в народной медицине. Об этом свидетельствует и название растения — «доктор». Интересно, что народная медицина рекомендует перед использованием листьев не поливать растение в течение недели, что с точки зрения современных знаний о биогенных стимуляторах создает растению неблагоприятные условия и тем самым активирует синтез биогенных стимуляторов.

Для лечения заболеваний дыхательных путей и в качестве общеукрепляющего рекомендуется смесь из 1,5 кг сока стимулированных листьев алоэ, 1,25 кг майского меда и 3,5 л вина «Кагор». Смесь помещают в банку темного стекла, выдерживают 5 дней в темном месте. Применяют по одной чайной ложке 3 раза в день до еды.

Алоэ древовидное — многолетнее крупное растение, на родине достигающее 10 м в высоту. Нижняя часть стебля древеснеет и постепенно освобождается от листьев, так что розетка листьев остается только на верхушке побега. Листья крупные, мясистые, узкие и длинные, своими основаниями охватывают стебель. Поверхность их выпукло-вогнутая, покрыта сизоватым налетом. В комнатных условиях цветет редко, так как к моменту цветения (декабрь — январь) света и тепла недостаточно. Это послужило основанием для народного названия растения — «Столетник» (цветет один раз в сто лет). В южных районах и на освещенных солнцем окнах, а также в оранжереях алоэ цветет ежегодно. При этом из пазухи одного или нескольких верхних листьев появляется длинная цветочная стрелка с крупной (до 50 см) кистью розовато-желтых цветков. Плодов в усло-

виях комнатной или оранжерейной культуры не образует. Для промышленного получения препаратов культивируется в субтропических районах Закавказья и Средней Азии. Лекарственное сырье — листья и боковые побеги — начинают собирать в конце лета и продолжают до тех пор, пока растения находятся в открытом грунте. Сырье перерабатывается в свежем виде, листья, кроме того, высушивают. В листьях содержатся гликозиды, производные антрацена, горькие вещества, витамины, фитонциды.





Цвел барвинок, зеленел,
Стлался, расстилался.
Утренний мороз до света
В садочек прокрался.
Потоптал веселый цвет он,
Побил, поморозил.
Жаль, конечно, барвиночка
И мороза тоже.

Т. Шевченко



Барвинок малый (могильница, гроб-трава) — *Vinca minor* L. Сем. Кутровые — Apocynaceae

Родовое название растения происходит от латинского глагола vincere (побеждать).

У многих европейских народов барвинок был первым вестником весны — как бы победителем зимы. Кроме того, его кожистые блестящие листья не погибают зимой от холода, сохраняясь под снегом. Поэтому он стал символом жизнестойкости, неувядаемости. Все цветы букета могут совсем засохнуть, но если в сосуде, в котором он стоит, сохранится хоть капля воды, то ветка барвинка будет оставаться свежей и зеленой. Поэтому немцы называют его «вечнозеленым» и «неувядающей мыслью».

Существовало поверье, что посаженный в саду барвинок приносит счастье, а помещенный в букет — неизменную любовь. Поэтому барвинок сажают на могилы дорогих покойников как знак вечной любви и воспоминания, из него плетут венки и кладут у изголовья умерших. Отсюда русские названия: растение-могильница, гроб-трава.

Удивительная живучесть послужила основанием для приписывания барвинку особой волшебной силы: он будто бы способен предсказать судьбу. В Австрии и Германии издавна гадали на венках с барвинком. В ночь на св. Матвея (24 февраля) девушки плели венок из барвинка и бросали его в проточную воду. Если, покружившись с завязанными глазами, девушка сумеет поймать его, значит в этом году ее ждет замужество.

В некоторых странах Европы существовало поверье: если юноша и девушка одновременно съедят лист барвинка, то между ними вспыхнет пылкая любовь. Барвинок обладает будто бы свойством прогонять всякую нечисть. Для этого его нужно собирать между двумя праздниками в честь Богородицы: между 15 августа и 8 сентября по старому стилю. Если сорванный в это время барвинок носить при себе, либо повесить над дверью дома, то нечистая сила не будет иметь никакой власти ни над обладателем талисмана, ни над обитателями дома, а кроме того, он предохранит от удара молнией. Поэтому сорванный барвинок никогда не выбрасывали в мусор, а старались поместить в воду, чтобы он не засох.

В средние века его использовали даже в судебных процессах. Судья срывал лист барвинка и бросал в сковородку с кипящим салом, громко произнося при этом имя обвиняемого. Если листок оставался на сковородке, то обвиняемого оправдывали, если он выскакивал из сковороды, то это свидетельствовало, что обвиняемый продал душу дьяволу. Его обвиняли в колдовстве, подвергали пыткам и сжигали на костре.

В Тироле, где верили в существование ведьм, считали, что их можно обнаружить с помощью барвинка. Ведьмы, по представлению тирольцев, всегда ходят с повернутой вверх головой, но в обычных условиях люди этого не видят. Тот, кто хочет обнаружить ведьму, должен собрать барвинок в промежуток между двумя праздниками Богородицы и повесить венок из него над дверью, через которую входят в дом, и тогда, если в дом войдет ведьма, все увидят, что голова у нее поднята вверх. Однако эту силу барвинок получит лишь полежав некоторое время в церкви под молитвенником пастора.

В истории же барвинок известен как любимый цветок Жан-Жака Руссо. Великий философ был большим любителем растений, а с барвинком связан один из счастливейших периодов его жизни. Преследуемый швейцарскими властями, он нашел покровительницу в лице госпожи де Варан и укрылся в ее имении. Во время путешествия в горах они увидели цветущий барвинок. Госпожа де Варан, подойдя поближе, воскликнула: «Ах, да это барвинок в цвету!». В то время, увлеченный разговором, Руссо едва обратил на это внимание. И вот спустя 18 лет, давно расставшись с любимой женщиной, увидев вновь барвинок, он воскликнул: «Ах, да это барвинок в цвету!» — и воспоминания о самых счастливых днях жизни охватили его. Все это Руссо описал в своей «Исповеди», самой знаменитой книге XVIII столетия. Вся Европа зачитывалась этим произведением. Вместе с популярностью книги росла популярность барвинка. Всякому хотелость хоть раз взглянуть на цветок великого человека. Слава барвинка перешагнула границы Франции и достигла Женевы — родины Руссо. Когда на одном из островов Женевского озера установили памятник философу и писателю, то у подножия его высадили любимый им барвинок. Не знать барвинка, цветка Руссо, в Швейцарии считается недостатком образования.

Часто использовался барвинок в фольклоре славянских народов, особенно на Украине. Афанасьев А. Н. сообщает, что по представле-

ниям жителей Карпат, барвинок вырастает на месте захоронения невинно убитых душ.

На Украине барвинок включался в свадебные обряды. Как символом вечного и прочного, им украшали «вильце» — молодую сосенку и вишню, которую втыкали в свадебный каравай. Если не было барвинка, то его заменяли калиной или бумажными цветами, но барвинок предпочитали всему. В день свадьбы каравай с разукрашенным «вильцем» ставился на парадном столе, разрезался на мелкие куски, которыми одарялись все присутствующие.

В медицине барвинок применяли с древнейших времен. О нем как о лекарственном растении упоминают Диоскорид и Плиний. В народной медицине он использовался в виде отвара для полоскания рта, при зубных болях, в качестве вяжущего, ранозаживляющего, кровоостанавливающего средства. В народе его также применяли как косметическое средство. Из цветков барвинка готовили настой и умывались им. Кожа лица приобретала прекрасный цвет, становилась мягкой. Употребляется в гомеопатии при кровотечениях и при кашле. В настоящее время препараты барвинка малого применяют при гипертонической болезни I и II стадии. Избирательно действует на сосуды головного мозга, снимает спазмы и головные боли.

Барвинок малый — мелкое ползучее растение с многолетними стелющимися побегами, имеющими супротивные либо мутовчатые темно-зеленые кожистые блестящие, не опадающие на зиму листья. Ранней весной, в марте появляются молодые прямостоячие побеги, в пазухах верхних листьев которых образуются крупные правильные цветки лазурно-синей окраски. Цветение барвинка продолжается в течение месяца. Плод — сухая листовка, созревает редко. Размножается растение главным образом вегетативно — кусками ползучих побегов, которые, быстро укореняясь и разрастаясь, образуют сплошные темно-зеленые куртины. Встречается в лесах Украины, Белоруссии, в Крыму. Выращивается в садах, парках как декоративное растение. В траве барвинка малого открыты алкалоиды, которые составляют основу современных препаратов — девинкана и винкапана. В медицине применяются и другие виды барвинков.

Широко используется в садоводстве из-за декоративности и неприхотливости. Выведены садовые формы с простыми и махровыми цветками разнообразной окраски — белыми, фиолетовыми, пурпурными. Есть формы с декоративными листьями — серебристыми, желтыми и полосатыми.





...Когда я спал в саду
В свое послеобеденное время,
В мой уголок прокрался дядя твой
С проклятым соком белены во фляге
И мне в ушную полость влил настой,
Чье действие в таком раздоре с кровью,
Что мигом отекают, словно ртуть,
Все внутренние переходы тела,
Створаживая кровь, как молоко,
С которым каплю уксуса смешали.
Так было и со мной...

В. Шекспир



елена черная (блекота, куриная слепота) — *Hyoscyamus niger* L. Сем. Паслёновые — Solanaceae

Родовое название образовано от двух греческих слов (в переводе означающих «свиной боб») и встречается уже у древнегреческих и латинских авторов.

Древнеримский писатель Элиан (II в. н. э.) рассказывает: «Дикие свиньи не чужды искусства врачевать болезни. Нечаянно съев белены и отравившись, они сначала поджимают задние ноги, а когда начинаются судороги, идут к воде и охотятся на раков, которых с жадностью пожирают. Раки служат лекарством от этого недуга и вылечивают его».

Название «белена» звучит одинаково на всех славянских языках и очень созвучно древнеанглийскому и древневерхненемецкому. Лингвисты считают это слово примером древнеевропейского названия. С глубокой древности белена — одно из самых ядовитых растений. Авиценна более 1000 лет назад писал: «Белена — яд, который причиняет умопомешательство, лишает памяти и вызывает удушье и бесноватость». Свойство белены вызывать галлюцинации использовалось в средние века в составе «мази ведьм», куда она входила вместе с экстрактом плодов красавки. Эта мазь, нанесенная на кожу, вызывала яркие галлюцинации. Женщинам казалось, что они летают по воздуху, танцуют, принимают участие в шабаше.

У древних балтов была особая группа воинов-слуг бога-волка,

которые шли в бой, выпив напиток белены. Во время сражения такие воины в своей галлюцинации считали себя волками. По преданию воины-волки были так свирепы, что не нуждались в оружии и убивали врагов своими щитами.

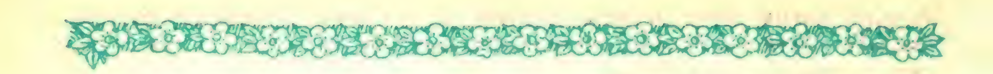
Все части белены ядовиты, причем свойства эти сохраняются при высушивании, а также в вареном и печеном виде. Особенно опасны мелкие семена, которые по внешнему виду практически не отличаются от семян мака и поэтому часто соблазняют детей. «Дети, белены объевшись, в такое сумасбродство впадают, что родичи их, причины не ведая, козней злых духов страшиться станут...» — писал доктор Маттиоли о случаях отравления беленой. Всем известно вошедшее в разные языки выражение «белены объелся», употребляемое при появлении симптомов, сходных с умопомешательством.

В средние века семена белены широко применялись в Германии для усиления опьяняющего действия напитков. Названия многих немецких городов происходят от слова «белзен» — белена, отсюда же название «Пльзеньское пиво». Но так многочисленны были случаи отравления пивом с беленой, что правительство издало специальное постановление, запрещающее добавлять к пиву семена белены.

О медицинском применении белены было известно в Древнем Египте, Греции и Риме. Диоскорид указывал, что компресс из ее листьев устраняет боль.

В настоящее время применение в медицине этого растения ограничено. Наружно в качестве болеутоляющего средства применяют беленное масло. Листья белены входят в состав противоастматических сборов.

Белена черная — двулетник. На первом году образует розетку крупных удлиненных перистолопастных листьев. Стебли и листья покрыты липкими железистыми волосками. По этому поводу существует загадка: «У тропы стоит неряха, на ней липкая рубаха, на плече кувшин узорный до краев с отравой черной». Цветки действительно узорные — грязно-желтые с темно-фиолетовыми жилками и фиолетовым пятном у основания. Немногочисленные, они собраны в соцветие завиток. Плод — интересной формы коробочка, напоминающая кузовок, закрывается крышечкой. Внутри множество (до нескольких сотен тысяч) мелких семян. При созревании крышечка открывается и семена высыпаются. Распространена повсеместно как сорное растение. Растет на пустырях, заброшенных полях, среди развалин. Растение имеет специфический запах, отпугивающий животных. Содержит те же алкалоиды, что и белладонна, но в значительно меньших количествах. Все виды работ с беленой необходимо проводить с осторожностью. Культивируется в специализированных совхозах.



...Отвратить невозможно
Людям того, что им Мойра
на прялке своей изготовит.

Феокрит



елладонна обыкновенная (красавка белладонна, сонная одурь, бешеная, или волчья, ягода, черешня сумасшедших, пёсьи вишни) — *Atropa belladonna* L.
Сем. Пасленовые — Solanaceae

Родовое название растению было дано по имени древнегреческой богини судьбы Atropos — одной из трех богинь-сестер Мойр, живущих на светлом Олимпе. Властвует рок над смертными и над богами. Нет такой силы, которая могла бы изменить хоть что-нибудь в том, что предназначено богам и смертным. Одни Мойры знают веления рока. Мойра Клото прядет жизненную нить человека, определяя срок ее жизни. Мойра Лахесис вынимает, не глядя, жребий, который выпадает человеку в жизни. Третья Мойра — Атропос — все, что назначили в жизни человеку ее сестры, заносит в длинный свиток, а что занесено в свиток судьбы, то неизбежно. Никто, ни смертные, ни боги, не в силах изменить определенной Мойрами судьбы. Неумолимы великие богини, но самая страшная Atropos. В Древнем Риме считали, что именно она перерезает нить человеческой жизни.

В переводе с итальянского языка bella donna — прекрасная женщина. Женщины Древнего Рима, а позднее в Италии и Испании использовали сок белладонны для закапывания в глаза, при этом сильно расширялся зрачок и глаза приобретали таинственный блеск.

А если соком ягод натирали щеки, то на них появлялся румянец. Отсюда слава растения, придающего красоту женщине, а также русское название «красавка».

Во все времена белладонна пользовалась известностью как одно из наиболее ядовитых растений. У человека, проглотившего по неосторожности ее плоды, появлялось неудержимое желание двигаться, склонность к беспричинному смеху. Могли возникнуть зрительные, слуховые и обонятельные галлюцинации, а также ощущение полета, головокружительного перемещения в пространстве. Из-за этого в средние века белладонна наряду с беленой считалась волшебной травой и входила в состав колдовских мазей и напитков. Женщины, воображавшие себя ведьмами, выпивали напиток или натирались колдовской мазью, чем одурманивали себя, испытывая необычные ощущения, и пребывали в полной уверенности, что все необычное происходит с ними наяву. Замечательна в этом отношении сцена превращения Маргариты в ведьму в романе М. Булгакова «Мастер и Маргарита».

«Сердце Маргариты страшно стукнуло, так что она не смогла даже сразу взяться за коробочку. Справившись с собою, Маргарита открыла ее и увидела в коробочке жирный желтоватый крем. Ей показалось, что он пахнет болотной тиной. Кончиком пальца Маргарита выложила небольшой мазочек крема на ладонь, причем сильнее запахло болотными травами и лесом, и затем ладонью начала втирать крем в лоб и щеки. Крем легко мазался и, как показалось Маргарите, тут же испарялся. Сделав несколько втираний, Маргарита глянула в зеркало и уронила коробочку прямо на стекло часов, от чего оно покрылось трещинами. Маргарита закрыла глаза, потом глянула еще раз и буйно расхохоталась.

Ощипанные по краям в ниточку пинцетом брови сгустились и черными ровными дугами легли над зазеленевшими глазами... Кожа щек налилась ровным розовым цветом, лоб стал бел и чист, а парикмахерская завивка волос развилась.

Она подпрыгнула и повисла в воздухе невысоко над ковром, потом ее медленно потянуло вниз, и она опустилась... Маргарита ощутила себя свободной, свободной от всего».

Древнегерманские племена были знакомы с ядовитыми свойствами красавки, так как она часто встречалась в буковых лесах Западной Европы. Применяли ее своеобразно. В их войске были воины-медведи. Они одевались в медвежьи шкуры и перед боем выпивали напиток с красавкой, после чего приходили в сильнейшее возбуждение и яростно шли на врага.

В истории известен случай, когда шотландцы, отравив соком красавки бочки с пивом, оставили их ворвавшимся в страну датчанам. Решив отпраздновать победу, датчане выпили трофейный напиток и впали в оцепенение. Возвратившиеся шотландцы без труда расправились с захватчиками.

В одном из научных трактатов XV в., вышедшем в Страсбурге, растение названо *Solanum mortale* — пасленом умерщвляющим. В Австрии в XVIII в. случаи отравления красавкой были столь час-

тыми, что правительство было вынуждено издать несколько циркуляров с подробным описанием растения.

В 1542 г. появляется первое изображение этого растения в знаменитом травнике Леонарда Фукса, что свидетельствует о медицинском применении красавки. Однако из осторожности врачи старались употреблять ее только наружно при воспалении глаз. Парацельс считал, что красавка способна вызывать безумие.

В начале нынешнего столетия был широко известен болгарский способ лечения паркинсонизма, или дрожательного паралича. Владел методом лечения только один человек — болгарский крестьянин Иван Раев. Секрет лечения он не разглашал, но всем желающим высылал коробочку, в которой лежали какие-то корни, черный порошок и пилюли. Корни нужно было отваривать в белом вине, отвар обрабатывать черным порошком и принимать по назначению врача. Пилюли нужно было глотать через несколько часов после приема первого лекарства, а в промежутке — сосать кусочки душистого корневища. Итальянская королева Елена выкупила у Раева секрет его лекарства за 4 млн. лир. Состав его оказался несложным: основным компонентом был корень красавки, кроме того, корневище аира, животный уголь и пилюли из теста, ароматизированные мускатным орехом. Королева Елена учредила в Италии и немецком городе Касселе госпитали для лечения болгарским средством. 25 % всех больных излечивались, у 40 % отмечалось значительное улучшение, в других случаях результат был неопределенным.

В народной медицине красавка не получила широкого распространения из-за сильной ядовитости. Она стала одним из первых растений, исследованных на присутствие алкалоидов, и в 1838 г. из нее был выделен алкалоид атропин.

До 1914 г. сырье красавки импортировалось в нашу страну из Западной Европы.

В 1915—1916 гг. были организованы заготовки растения в местах ее наибольшей встречаемости — в Крыму и на Кавказе. Однако в горных условиях и из-за отсутствия больших компактных зарослей заготовки оказались нерентабельными. В 20-х годах белладонна была введена в культуру и в настоящее время заготовки с плантаций полностью удовлетворяют потребности медицины.

Сейчас значение препаратов белладонны для лечения самых разных заболеваний трудно переоценить. Всего насчитывают около двух десятков препаратов на основе алкалоидов красавки, которые оказывают многостороннее воздействие на организм. Препараты с атропином обладают главным образом спазмолитическим действием и поэтому действуют как болеутоляющие средства. Препараты красавки входят в состав отхаркивающих, успокоительных и желудочных средств.

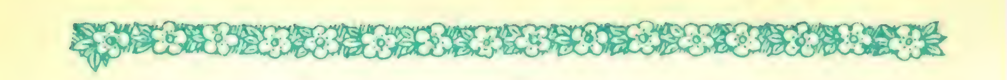
Красавка — крупное многолетнее растение с мощными корнями, одним или несколькими ветвистыми побегами. Листья яйцевидные, самые крупные у основания стебля достигают 20 см. В пазухах верхних листьев с середины лета и до осени можно видеть одиночные поникшие колокольчатые цветки грязно-фиолетового оттенка. Плоды

находятся в зеленой разросшейся чашечке, крупные черно-фиолетовые ягоды, напоминающие вишню или черешню, слегка сплюснуты, содержат красно-фиолетовый сок и многочисленные мелкие семена. Ядовито все растение — от корней до ягод. Ягоды особенно опасны из-за привлекательного внешнего вида. В СССР это охраняемое растение занесено в Красную книгу.

В настоящее время сырье красавки заготовляют только от растений, культивируемых в совхозах Крыма и Краснодарского края. Плантации используют в течение 3—5 лет. После заключительной уборки травы, перед ликвидацией плантации, проводят механизированную уборку подземных органов. Ввиду ядовитости сырья соблюдают меры предосторожности. Из корня готовят препараты: «Беллоид» в таблетках, драже «Беллазон», «Корбелла» и препарат, применяемый для лечения дрожательного паралича (болезнь Паркинсона). Трава используется для приготовления экстракта.

В настоящее время из различных органов белладонны выделено семь алкалоидов, главный — гиосциамин, при выделении в чистом виде переходящий в атропин.





Я навек за туманы и росы
Полюбил у березки стан,
И ее золотистые косы,
И холщовый ее сарафан.

С. Есенин



Береза повислая (береза бородавчатая) — *Betula pendula* Roth. (*B. verrucosa* Ehrh.). Береза пушистая — *B. pubescens* Ehrh.
Сем. Березовые — Betulaceae

Родовое название *Betula* происходит от латинского слова beatus — осчастливленный, блаженный и связано, по-видимому, с состоянием человека, когда он весной попьет живительного березового сока. По другим сведениям, это название происходит от кельтского betu — береза. Плиний Старший называл березу «гальским деревом».

Русское слово «береза» очень древнее. В праславянскую эпоху (до VIII в. н. э.) это слово звучало как bersa. В индоевропейских языках слово «береза» было прилагательным и значило светлая и белая. По-видимому, оно единое не только для всех славянских языков, но и многих индоевропейских и восходит к понятию «белый» (по необыкновенному цвету коры дерева).

В старину у славян год начинался не зимой, а весной, поэтому встречали его не елью, а березой. В это время земледельцы приступали к сельскохозяйственным работам, а береза распускалась первой зеленью, отсюда и древнерусское название марта или апреля — «березозол». Ввиду того что весна на юге и севере наступала в разные календарные сроки, березозолом на юге называли март, а на севере — апрель. Березозол — март был первым месяцем года до

XV в.; с тех пор русский календарь был перестроен, но название сохранилось в украинском языке, где март называют березнем.

Из древних летописей известно, что в те времена, когда славяне верили в лесных, водяных и небесных духов, была у них главная богиня по имени Берегиня, мать всех духов и всех богатств на земле, а поклонялись ей в образе священного белого дерева — березы. Позднее в славянской мифологии береза почиталась как женский символ во время весеннего праздника Семика (семицкая береза).

Ученые предполагают, что происхождение майских обрядов с почитанием первого распустившегося дерева связано с развитием земледелия. Эти обряды имели магический смысл: земледелец как бы брал плодородную силу у первого распустившегося дерева и передавал ее засеянным полям. Береза воспринималась как существо живое, могущественное, способное исполнять желания. Девушки несли березе в лес яичницу, пироги, усаживались под деревом, съедали принесенное и обращались к березе с заветными просьбами. Из ее веток плели венки. В Тюмени березку «кормили» в каждом доме. Верили, что та из девушек, которая в Семик сядет в тень березы, непременно в этом году выйдет замуж.

В других местах в этот день в селение вносили распустившуюся березу, «завивали» ее венками, украшали разноцветными лентами и ходили хороводом с песнями по улицам. Иногда березу одевали в женское платье и с песнями носили по деревне как олицетворение юности, весны. Или ее как символ женственности изображала самая красивая девушка, украшенная березовыми ветками с листвой.

У всех славянских, прибалтийских и германских народов береза — символ света, сияния, чистоты, женственности, иногда дерево начала. В качестве ритуального дерево фигурирует в русских заговорах: «На море на окияне, на острове Кургане, стоит белая береза, вниз ветвями, вверх кореньями».

В Троицу пастухи из березы на пастбище плели венки, один из которых надевали корове на рога. В нем она и ходила целый день. А второй венок пастух отдавал хозяйке вечером. Первый венок хозяйка скармливала корове, чтобы больше молока давала, а второй берегла на случай болезни коровы — тогда ветки из него тоже добавлялись понемногу в корм.

Парни и девушки на Троицу встречали русалок — шли в поле, где есть хотя бы маленький лесок, плели венки и вешали их на березе, при этом пели:

На гнилой колоде,
на белой березе
русалки сидели,
суки вязали...

Считалось, что любимое занятие русалок — раскачивание на ветвях березы. В Петров день русалок провожали. Венки развивали и бросали в воду.

С березой связывали гадание по венкам. Обычно во второй половине дня молодежь со срубленной наряженной березкой шла в деревню и гуляла до сумерек. Если по дороге в деревню встречались

пруд или река, девушки бросали в воду заранее сплетенные венки из березовых веток и полевых цветов. Если венок тонет, значит, девушка умрет в этом году, а если держится на поверхности, то следят, в какую сторону он поплывет: в той стороне и живет суженый.

Не случайно береза — один из главных образов народного поэтического творчества. В народных песнях, сказках, преданиях береза — символ весны и родины. Любимое дерево наделялось самыми ласковыми эпитетами. Ее называли стройной, кудрявой, тонкой, белой, пушистой, веселой, часто это юная девушка в зеленой косынке, и всегда это положительная героиня: то хранительница народных кладов, то заколдованная красавица, то мудрая крестьянская дочь, побеждающая в поединке со злыми силами.

Невеста в последний вечер перед свадьбой, собрав девишник, причитала:

Погляжу я, красна девица,
Погляжу на свою красоту —
Вкруг чего она обвилася:
Вкруг осинушки ли горькия,
Вкруг березоньки ли белыя,
Аль вкруг яблоньки кудрявыя?
Если ты обвилась, красота,
Вкруг осинушки-то горькия, —
мне житье-то будет горькое
мне замужье, красной девице,
нехорошее, печальное.
Если ты обвилась, красота,
Вкруг березоньки-то белыя —
мне житье-то будет ровное,
Житье будет долговечное.

Тесно увязан образ березы в народных приметах с сельским хозяйством.

Из березы течет много сока — к дождливому лету.

Когда береза перед ольхой лист распустит, лето будет сухое, если ольха наперед — мокрое.

Коли на Юрья березовый лист в полушку, то к Успению клади хлеб в кадушку.

Когда береза станет распускаться, сей овес.

Бесчисленны пословицы, поговорки, загадки, связанные с березой:

Береза не угроза — где она стоит, там и шумит.
Бела береста — да деготь черен.
Для врага и береза — угроза.
Березовицы (березового сока) на грош, а лесу на рубль изведешь.
Береза ума дает (о розгах).
Зелена, а не луг, бела, а не снег, кудрява, а не голова.
Влезу на горушку, одеру телушку, сало в рот, а кожу прочь (березовица).

А из песен и стихов о березе можно составить большой поэтический сборник, начиная с древнейших авторов.

Дай коры мне, о Береза!
Желтой дай коры, Береза!
Ты, что высишься в долине
Стройным станом над потоком!

Я свяжу себе пирогу,
Легкий челн себе построю,
И в воде он будет плавать

Лонгфелло

Береза давно и широко использовалась человеком как в хозяйственной деятельности, так и при лечении различных заболеваний. В «Лесном словаре» прошлого века сказано: «Есть растения, приносящие нам в хозяйственном отношении гораздо больше пользы, чем береза, но ни одно из них разнообразием предметов употребления не может сравниться с сим деревом».

О разнообразии применения березы в крестьянском быту говорит загадка: стоит дерево, цветом зелено, в этом дереве четыре угодья: первое — больным на здоровье, второе — людям колодец, третье — от тьмы свет, а четвертое — дряхлым пеленанье (банный веник, березовый сок, лучина, береста на разбитые горшки).

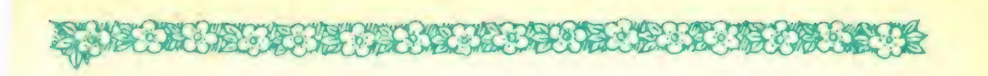
В народной медицине листья березы широко используют в виде настоев в качестве мочегонного и потогонного средства, а также при ревматизме. Во время Великой Отечественной войны настой из березовых листьев употребляли как напиток, содержащий витамин С в качестве общеукрепляющего средства. В научной медицине почки березы применяют при отеках сердечного происхождения, при заболеваниях печени и желчных путей, а также при бронхитах, трахеитах в качестве дезинфицирующего и отхаркивающего средства. Находит применение березовый сок и при некоторых заболеваниях легких, бронхитах как общеукрепляющее средство. Соком березы моют лицо при угрях и пигментных пятнах. Используют в медицине также деготь, получаемый из древесины путем сухой перегонки. Деготь входит также в состав мази Вишневского и мази Вилькинсона. Активированный березовый уголь в виде таблеток «Карболен» применяется в качестве адсорбента при отравлениях и метеоризме.

Во флоре СССР встречается около 40 видов берез. Наибольшую площадь занимают и применяются в виде лекарственных два вида.

Береза повислая — недолговечное дерево. Предельный возраст — 300 лет, но в наших лесах березы старше 150 лет не встречаются. В зоне смешанных лесов — это часто основная лесообразующая порода. Березовые леса занимают в нашей стране третье место по распространенности (после сосновых и лиственничных). Под пологом березового леса обычно подрастает ель. «Береза — еловая нянька», — говорят в народе. Кора стволов у березы белая, она как бы светится в темноте. У молодых ветвей кора красно-бурая, покрытая бородавками (чечевичками). Листья длинночерешковые, пластинка листа ромбическая или сердцевидная, с вытянутой верхушкой и двоякозубчатым краем. Невзрачные мелкие цветки в сережках распускаются одновременно с развертыванием листьев — в апреле, мае. У березы пушистой молодые побеги и нижняя сторона листьев опушены шелковистыми волосками. Растет на заболоченных местах.

Почки березовые содержат эфирное масло до 3,5—5,3 %. В состав его входят бетулен, бетулол и другие вещества. В листьях обнаружены бетулоретиновая кислота, аскорбиновая кислота, гиперозид, дубильные вещества и др. Древесина березы высоко ценится в столярном деле, в больших количествах из нее выжигают древесный уголь, используют как топливо. Березовый веник — непременный атрибут русской оздоровительной бани.





Вместо ограды облезлой
В местности незаселенной
Рядом с дорогой железной
Вырос кустарник веселый.
Стынет осенняя слякоть,
С холодом в гроздьях тяжелых
Красная спелая мякоть
Тает на косточках желтых.
Жухнет трава по откосам,
Ягоды брызжут салютом.
Радость — мальчишкам курносым
И снегирям твердоклювым...

А. Бобров



Боярышник (боярка, глодь, барыня) — различные виды рода *Crataegus* L.

Сем. Розоцветные — Rosaceae

Родовое название боярышника *Crataegus* произошло от греческого слова «cratanos», обозначающего сильный, крепкий. Это название боярышник получил за свою выдающуюся долговечность (до 400 лет), стойкость к неблагоприятным условиям, за крепкую, твердую древесину.

Острые шипы — вот что отмечал человек при первом знакомстве с этим растением. Поэтому в прошлом народные поверья излечивающие свойства приписывали главным образом колючим ветвям. Колючие растения будто бы способны защитить человека от злых духов, насылающих болезни. Поэтому древние греки подвешивали к воротам ветви боярышника, чтобы защитить вход внутрь дома от всякой нечисти. А вот буряты с заклинанием размахивали над колыбелями заболевших детей ветвями шиповника (тоже очень колючего кустарника) и боярышника. У древних кельтов боярышник — дерево зимы и тьмы, а в Молдавии его тоже считают воплощением зла. В частности, считалось, что причиной всех нарывов и опухолей на ногах обязательно служит боярышник.

Применение боярышника в медицине известно очень давно. Об этом растении писал Диоскорид: «Это дерево, покрытое колючками... Оно имеет небольшие плоды, подобные яблокам, но меньше их. Они красного цвета, сладкие, и в каждом плоде по три зерна». Несколько

позже Авиценна писал: «Плоды этого дерева круглые и съедобные, терпкие на вкус. Боярышник вяжет сильнее, чем рябина, подавляет желчь и запирает истечения сильнее, чем всякие другие плоды».

В народной медицине России боярышник применялся при сердцебиениях, бессоннице. Плоды широко употреблялись в пищу в свежем виде, а также в виде муки, приготовленной из высушенных и размолотых плодов. Из этой муки выпекался сладковатый хлеб.

В европейской научной медицине боярышник появился в XIX в. Некоторые врачи считали, что боярышник является ценнейшим открытием этого времени, так как дает облегчение в том случае, когда другие сердечные средства не помогают. Отмечали врачи и его полную безвредность даже при длительном применении. В нашей стране он стал широко использоваться после того, как во время Великой Отечественной войны плоды боярышника были предложены в качестве заменителя некоторых импортных сердечных средств.

В настоящее время цветки и плоды боярышника применяются при ослаблении сокращения сердечной мышцы. Они усиливают кровообращение в сосудах мозга и сердца, понижают возбудимость центральной нервной системы, улучшают сон. Особенно рекомендуются при климактерических болезнях. Кроме заводских препаратов — настойки из цветков и жидкого экстракта, из плодов в домашних условиях готовят настой из расчета одна чайная ложка цветков либо одна столовая ложка плодов на стакан воды. Принимают по 1/2 стакана 2—3 раза в день перед едой. Или: хвощ полевой (трава) — 20 г, горец птичий (трава) — 30 г, боярышник кроваво-красный (цветки) — 50 г. Принимать по 1/3—1/4 стакана настоя 3—4 раза в день при учащенном сердцебиении, раздражительности, бессоннице. Или: родиола розовая (корни) — 20 г, плоды шиповника — 20 г, листья крапивы двудомной — 15 г, плоды боярышника — 15 г, трава зверобоя продырявленного — 10 г. Принимать по 1/3—1/4 стакана настоя 2—3 раза в день в качестве тонизирующего средства.

Все боярышники (а их на территории СССР — дикорастущих и интродуцированных — более 100 видов) колючие кустарники или небольшие деревья. Листья ромбические или яйцевидные, часто перистораздельные. Цветки белые, собраны в крупные щитки. Выделяются ярко-пурпурные пыльники, засыхающие во второй половине цветения. Плоды яблокообразные, округлые или овальные, красные, с мучнистой сладковато-вяжущей мякотью. Внутри от одной до пяти деревянистых «косточек». Плодоносит с 10—15 лет. В качестве лекарственного сырья заготавливают цветки и плоды в основном двух видов: боярышника кроваво-красного (*Crataegus sanguinea* Pall.) — западносибирского вида и боярышника колючего (*C. oxyacantha* L.) — культивируемого. Широко распространены боярышники восточный, однопестичный, пятипестичный и др. Население, как правило, их не различает. Цветки и плоды содержат сапонины, флавоноиды, дубильные и другие вещества.

Боярышники красивы, что отмечено народом в пословице: «Хорош боярышник, да не у боярского крыльца». Выделяются благодаря яркой коре, обилию листьев, крупным душистым соцветиям и ярко-

красным плодам. Поэтому их разводят в садах, огородах, парках, для создания живых изгородей. Последнюю функцию они успешно выполняют благодаря крупным и крепким колючкам. Одна из народных загадок ярко подчеркивает эту особенность боярышника: «Стоит дерево кудряво, а когти волчьи». Один из видов боярышника за огромные (около 20 см) колючки получил название «петушиная шпора».

Боярышники прекрасные медоносы. Мед, собранный с их цветков, славится прекрасным ароматом и целебными свойствами. Листья и кору раньше употребляли для окраски шерсти и тканей в красно-коричневые тона.





Брусника — ягода, брусника!
Кому напев тот незнаком?
А вот, поди, да распроси-ка,
Знаком ли кто с ее цветком?
А между тем цветок брусничный
Красивей ягодки самой —
Такой изящный, симпатичный
И весь как будто восковой!
Растет брусника в тихой роще,
Смолистым воздухом дыша,
Ведет всю жизнь как можно проще
И оттого так хороша.

Н. Холодовский



Брусника обыкновенная (брусница, брусена, брусеня) — *Vaccinium vitis-idaea* L.
Сем. Брусничные — Vacciniaceae

Впервые растение под названием *Vaccinium* встречается в «Буколиках» древнеримского поэта Вергилия. Происхождение его связывают с латинским словом bacca — ягода, со временем превратившемся в Vaccinium. Видовое название *vitis* впервые встречается у нидерландского ботаника Додонеуса. О его происхождении нет единого мнения. Одни считают, что оно произошло от слова vinciris — вязать, связывать, из-за ползучего корневища, связывающего многочисленные надземные побеги в единое растение. Другие — от слова «vis» — сила, благодаря способности растения быстро укореняться.

В целом видовое название *vitis idaea* обозначает «виноградная лоза с фригийской горы Ида», по преданию, места пребывания Кибеллы — богини плодородия, которая разъезжала там на колеснице с венком на голове из различных ягодных растений.

Вечная зелень брусники на фоне громадного большинства листопадных растений издавна привлекала внимание людей, и появилась легенда о том, как добрая ласточка однажды достала живой воды и несколько капель несла во рту, чтобы окропить ими людей и дать им бессмертие. Но злая оса, узнав об этом, не захотела допустить доброго дела и, когда ласточка еще летела, больно укусила ее. Лас-

точка вскрикнула от боли и живая вода пролилась. Людям не досталось бессмертия, но капли ее упали на кедр, сосну, бруснику, и оттого они теперь всегда зелены. Ласточка, видя, что все ее труды пропали даром, откусила злой осе язык, и с тех пор она только жужжит.

С брусникой связывают фенологический календарь: «Коли брусника поспела, и овес дошел»; загадки: «Цветок как бубенчик, беленький венчик, цветет он непышно, звенит он неслышно», «Листики с глянцем, ягодки с румянцем, а сами кусточки не выше кочки», «Бегут, бегут рябчики по липову мосту, увидели море, бросились в воду» (бруснику катают по решету).

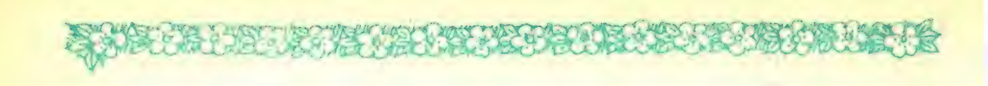
Применяли лист брусники в качестве мочегонного средства при мочекаменной болезни, а также при подагре и ревматизме. Отвары листьев брусники готовят в соотношении: на две столовые ложки измельченных листьев одна столовая холодной воды. Принимают по $^1/_2$ стакана 2—3 раза в день до еды. Ягоды и листья — противоцинготное средство. Брусничная вода из ягод обладает легким слабительным действием, в связи с чем становится понятным беспокойство Евгения Онегина: «Боюсь, брусничная вода мне не наделала б вреда». Отвар свежих листьев считается одним из лучших народных средств для лечения ревматизма, подагры.

У народов Западной Европы отвар и настойка листьев применяются при заболеваниях мочевого пузыря и поносах. Швейцарские ученые утверждают, что брусничные сиропы обостряют зрение и рекомендуют есть плоды брусники всем автомобилистам, особенно пожилым. Научная медицина рекомендует отвары листьев брусники в качестве бактерицидного и противовоспалительного средства при заболеваниях мочевых путей.

Брусника — мелкий кустарничек с одревесневающим стеблем высотой 15—20 см и вечнозелеными блестящими листьями. Цветки бело-розовые, колокольчатые, со слабым приятным запахом, собраны в короткую верхушечную кисть. Плоды — шаровидные ярко-красные ягоды с очень кислым вкусом. Созревают в августе, сентябре. Плодоносить начинает с третьего года жизни. Растет брусника в хвойных и смешанных лесах, иногда на болотах, образуя обширные заросли. В листьях содержится гликозид арбутин и дубильные вещества. В плодах — бензойная кислота, обладающая бактерицидным действием, поэтому плоды брусники способны самоконсервироваться.

Плоды брусники в массовом количестве заготавливаются населением, из них готовятся желе, пастила, варенье, соки. Плоды брусники замачивают водой и собственным соком, маринуют.





Заросли, заросли бузины,
Тонкие запахи знойного лета
Точно густые соцветья зимы
Замерли северной гостьи приветом.

А. Бузни



узина черная (бузовник, бузник, пищальник, цевочник) — *Sambucus nigra* L.
Сем. Жимолостные — Caprifoliaceae

О происхождении родового названия существует два предположения. Согласно первому, оно произошло от греческого слова «sambux» (красная краска) и связано с использованием плодов другого вида — бузины красной для окрашивания холста. Согласно второму, название это произошло от названия иранского народного музыкального инструмента — самбука, изготавливавшегося из древесины бузины.

Бузина издавна популярна в Европе. Считалось, что она не только исцеляет, но способствует продлению жизни и дает возможность заглянуть в будущее, поэтому почиталась как священное дерево.

В одной из легенд рассказывается следующее. Однажды князь во время охоты отстал от свиты и заблудился в лесу. Через некоторое время в глубине леса он заметил хижину. Подойдя к ней, он увидел глубокого старика, который сидел возле двери и горько плакал. Князь спросил, почему он плачет. Старик сквозь слезы ответил, что его больно побил отец за то, что он, перенося дедушку на другое место, нечаянно уронил его. Князь удивился, вошел в хижину и увидел там двух еще более древних старцев. Пораженный, он стал расспрашивать хозяев, как им удалось достигнуть столь преклонного

возраста. Старцы объяснили, что всю жизнь они питались хлебом, сыром и молоком, а еще постоянно употребляли в пищу ягоды бузины, которым и приписывают свое долголетие.

Медицинское применение бузины известно со времен Плиния. В народной медицине использовались цветки, плоды, иногда молодые ветки и листья бузины черной при простуде как потогонное, при заболеваниях верхних дыхательных путей, при болезнях печени как желчегонное средство. Цветки бузины являлись составной частью слабительного — «сен-жерменовского» чая.

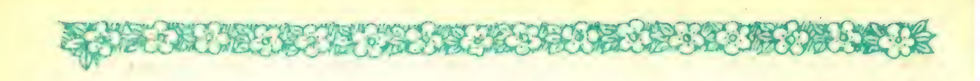
В настоящее время научная медицина использует цветки бузины в качестве потогонного средства. Настой готовят по общим правилам: одну-две чайные ложки цветков на один стакан кипятка. Принимают на ночь в горячем виде по 1/2 стакана. Настой используют также при заболеваниях верхних дыхательных путей для ингаляций. Отвар корней и коры употребляют при болезнях почек. Из ягод бузины готовят экстракт, который применяют как слабительное. Из отвара корней и веток бузины готовят ванны для лечения полиартрита.

Бузина черная — густоветвистый кустарник с пепельно-серой корой. Листья супротивные, непарноперистые, темно-зеленые, с 3—7 листочками. Цветки с приятным запахом, мелкие, желтовато-белые, собраны в крупные щитковидные соцветия. Плоды — сочные блестящие черно-фиолетовые костянки, кисловато-сладкие, с 2—4 косточками. Цветет в мае — июне, плоды созревают в августе — сентябре и остаются на кустах после опадания листьев. Растет в лиственных лесах, между кустарниками, в садах и парках. Собирают цветки и плоды в период полного созревания.

В цветках бузины черной содержатся витамины, гликозиды, эфирное масло, в плодах — дубильные вещества, витамины, гликозиды.

На Кавказе плоды использовали для окраски шелка в оливковый цвет, добавляли в виноградное вино для усиления цвета и придания ему мускатного вкуса. В домашних условиях из плодов готовят желе, варенье, сиропы. Цветки, имеющие запах миндаля, используются в кондитерском производстве. Древесина хорошо полируется, используется в часовом производстве.





На берегах тенистых горных рек
Среди кустов, в лесах и по болотам
Не часто можно встретить твой побег,
Цветки с чуть розоватой поволокой.
Загадочно пьяняща для котов
И человеку ты всегда желанна,
Для ослабленья стрессовых оков
Прекрасная трава валериана.

А. Бузни



алериана лекарственная (маун, кошачий корень, земляной ладан) — *Valeriana officinalis* L. Сем. Валериановые — Valerianaceae

Название «валериана» предположительно произошло от латинского слова valere — «быть здоровым» — и связано с лекарственным действием растения. По другой версии название дано либо в честь римского императора Валериана (III в. н. э.), либо в честь римского врача Плиния Валериана.

Русское название «маун», «кошачий корень» растение получило за способность возбуждающе действовать на кошек. Они чувствуют запах валерианы издали, ищут ее, а найдя, грызут и растаскивают корни, при этом приходят в возбужденное либо «ласкательное» состояние. Всем, кто читал «Том Сойер» М. Твена, памятна сцена, которая произошла после того, как Том угостил кота Питера настойкой валерианы. «...Питер подскочил на два метра кверху, испустил дикий вопль и заметался по комнате, налетая на мебель, опрокидывая горшки с цветами и поднимая невообразимый шум. Потом он встал на задние лапы и заплясал вокруг комнаты в бешеном веселье, склонив голову к плечу и воем выражая неукротимую радость. Потом он помчался по всему дому, сея на своем пути хаос и разрушение».

Об успокаивающем действии валерианы на нервную систему человека было известно еще врачам Древней Греции. Диоскорид считал валериану средством, способным управлять мыслями. Плиний Старший называл ее нардом галльским и относил к средствам, возбуждающим мысль, Авиценна — к средствам, укрепляющим мозг. В средние века о ней отзывались как о лекарстве, несущем благодушие, согласие и спокойствие, кроме того, валериана почиталась в качестве одного из самых популярных ароматических средств. Отсюда еще одно название — ладанница, или лесной ладан.

В России это одно из самых известных лекарственных растений, ему приписывались волшебные свойства, о чем рассказывает следующее предание. Как-то святой Пантелей-целитель пошел с сумой в лес собирать лекарственные травы. Ночь была очень темной, не светила ни одна ззезда. Вышел он на лесную опушку и вдруг среди кустов увидел множество светло-розовых мерцающих огоньков, которые «тонкими струйками» выходили из земли. Эти струйки, поднимаясь над землей, образовывали облачка в форме розового цветка. Так как огоньки шли из земли, Пантелей стал раскапывать корни диковинного растения и к удивлению обнаружил, что чем больше он их копал, тем лучше себя чувствовал. Когда он набрал полную суму этих волшебных корешков, душа его наполнилась радостью и весельем. Проходя по селам, Пантелей давал больным людям эти корни и говорил: «Будь здоровым». И люди от тех корешков обретали сердечный покой, бодрость и прилив жизненных сил.

В народной медицине подземные органы валерианы применялись как успокаивающее средство при неврозах и эпилепсии, а также как ветрогонное, противоглистное и способствующее пищеварению средство.

В России промышленный сбор валерианы начался еще при Петре I. В XVIII в. валериана включается во все европейские фармакопеи, в XIX—XX вв. изучению валерианы посвящаются многочисленные исследования, однако и до настоящего времени она привлекает внимание ученых. Валериана оказывает многостороннее действие на организм: угнетает центральную нервную систему, снимает спазмы гладкой мускулатуры, регулирует деятельность сердца, действуя через центральную нервную систему, усиливает секрецию желудочно-кишечного тракта, желчеотделение.

Наиболее рациональной лекарственной формой в настоящее время считается настой, приготовленный холодным способом (одна столовая ложка измельченных корней заливается стаканом холодной кипяченой воды, настаивается 24 ч и процеживается. Принимают по 1—2 столовые ложки настоя 3—4 раза в день).

Во всех случаях необходимо иметь в виду, что в полной мере лечебное действие валерианы проявляется только при длительном и систематическом применении.

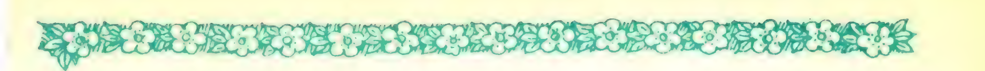
Валериана лекарственная — сборный вид, объединяющий около 30 близких видов, произрастающих в разных географических зонах и в разных условиях. Все эти виды подлежат заготовке. Растения даже одного вида, растущие в разных условиях, могут отличаться

между собой морфологическими особенностями, так что даже специалисты затрудняются в их определении. Это крупные многолетние травы, на первый год формирующие розетку прикорневых листьев. На второй и последующие годы образуется дудчатый ребристый стебель с супротивно расположенными непарноперистыми листьями. Стебель может быть окрашен в красновато-фиолетовый цвет. Цветки мелкие, слегка неправильные, от белого до сиреневого цвета, собраны в метелку или щиток. Цветки имеют приятный сладковатый аромат. Плоды — мелкие семянки с летучками.

Растет валериана по всей территории СССР, за исключением Крайнего Севера и пустынных районов Средней Азии, в самых разных местообитаниях, но предпочитает влажные места.

Корни валерианы после выкапывания подвяливают в течение 2—3 дней, а потом медленно сушат. При медленной сушке в них развивается сильный специфический аромат и они приобретают темно-бурую окраску. Химический состав корней валерианы сложен, здесь найдено эфирное масло (около 2 %), алкалоиды, гликозиды, дубильные вещества, органические кислоты. В середине 60-х годов немецкими учеными выделены кристаллические вещества с сильным седативным действием, получившие название валепотриатов. Они оказались очень нестойкими веществами, разрушающимися при нагревании. Вот почему обоснованы рекомендации по изготовлению настоев валерианы холодным способом.





Роса и дождь их оросили,
Они свежи и хороши.
Глазами синими России
Глядят в полях из спелой ржи.

С. Гордеев



Василек синий (волошка, синюшка) — *Centaurea cyanus* L. Сем. Астровые — Asteraceae

Рассказывают, будто в глубокой древности русалка влюбилась в молодого пахаря Василия, бывшего единственным сыном своей матери. Издали под прикрытием камышей с раннего утра неотрывно следила русалка за красавцем-юношей, а когда однажды, окончив работу, Василий подошел к реке умыться, она не выдержала и предстала перед ним во всей своей красоте. Они полюбили друг друга. И стала русалка звать юношу в свою водную стихию, а Василий уговаривал ее остаться на земле. Во всем у них было согласие, только не смогли договориться, где им жить вместе. И когда поняла русалка, что не оставит пахарь свою родную землю, в отчаянии превратила она его в скромный цветок, растущий на полях, но цветом напоминающий ее голубую стихию. Люди же, сочувствуя доброму молодцу и его старой матери, в память о нем назвали цветок по имени юноши — так, как звала его мать — Васильком. В ботанике он получил название «василек синий».

Впрочем, есть у василька латинское видовое название *Cyanus*, которое в Древней Греции связывали с именем нимфы Кианэ, дочери бога рек Меандра, превратившейся в ручей с темно-синей водой, который стал притоком реки Анапис, протекавшей недалеко от Сиракуз. Вид цветков, напоминающий цвет этого ручья, и был назван *Cyanus*.

Но одна из римских легенд сообщает, что это название цветок получил по имени прекрасного юноши Циануса, который был так увлечен красотой синих полевых цветов, что сам одевался во все синее, никогда не покидал поля, пока на нем росли васильки, и без конца плел из них венки и гирлянды. Спустя некоторое время он был найден мертвым на хлебном поле среди его любимых цветов. Богиня Флора, которую юноша любил более других, за его постоянство и любовь к ней, в знак особого расположения превратила тело юноши в любимый им цветок, который с тех пор и получил название *Cyanus*.

Родовое латинское название *Centaurea* древнегреческие ученые Гиппократ, Теофраст и Диоскорид связывали с мифическим кентавром Хироном.

Кентавр нашел, что сок василька обладает драгоценными свойствами заживлять раны и исцелил им свою рану, нечаянно нанесенную отравленной стрелой Геркулеса. Именно с этих пор, якобы, получило растение название Центаура, т. е. цветок Кентавра. Кентавр, как гласит предание, впоследствии пожертвовал собой и, отказавшись от бессмертия, ушел вместо Прометея в царство мертвых. И лишь небесно-синие цветки каждое лето напоминают о нем.

Василек был хорошо известен в Древней Греции. В стихотворении Мелеагра «Вступление к венку» читаем: «Фаний с ним сочетал венчики синих циан». Плиний Старший сообщал, что этот цветок употребляется для плетения венков, а у многих народов играет роль в праздниках, связанных с хлебопашеством, поскольку давно замечено, что василек сопутствует ржи. В Европу цветок был занесен из Западной Азии вместе с рожью. Где не было ржи, там не был известен и василек. По этому поводу есть немало легенд. В одной из них поведано, что однажды, прохаживаясь полями, покровительница жатвы Церера услышала жалобу васильков: «Нас пахари недолюбливают. Отдели нас от ржи, одним нам будет лучше!» Но Церера сказала, что не зря им дан цвет небесной лазури и добавила: «Красуйтесь праздно средь труженицы ржи и не клонитесь, когда клонит она свои полные колосья. А однажды в праздник урожая и вас пойдут искать жнецы, чтобы украсить венками свои головы».

А другая легенда рассказывает: однажды небо упрекнуло хлебное поле в неблагодарности.

— Все, что населяет землю, благодарит меня, — сказало оно, — цветы посылают мне свое благоухание, леса — свой таинственный шепот, птицы — пение. Только хлебные колосья не выражают мне своей признательности. А ведь я наполняю ваши корни освежающим дождем и зреть заставляю полновесные зерна.

— Наоборот, мы благодарны, — возразили колосья, — мы украшаем землю вечно волнующимся и качающимся морем зелени, но у нас нет возможности вознестись к тебе. Помоги нам и мы будем осыпать себя ласками и говорить о любви.

— Хорошо, — ответило небо, — если вы не можете подняться ко мне, то я сойду к вам.

И оно приказало Земле вырастить среди колосьев чудесные синие цветы — частицы его самого. И с тех пор стебли хлебных зла-

ков при каждом дуновении ветерка кланяются посланцам синего неба и шепчут им ласковые слова любви.

У славян васильки использовались для украшения именинных снопов, которые с песнями приносили домой. Перевитый васильками сноп красовался в переднем углу хаты, являя собой символ урожая. В народных вышивках излюбленным орнаментом были колоски ржи с васильками.

Изображенные народом
На изразцах,
На полотне,
Они как звезды с небосвода,
Всю ночь летящие ко мне.

С. Гордеев

Понравился этот цветок и садоводам. С XVI в. его разводят в садах. Цвет василька избран поэтами в качестве символа верности и постоянства. Однако цветок может менять свой цвет от красного до белого и потому распространено и другое его символическое значение — непостоянство: «Тот, чье сердце непостоянно, кто сам не знает, на чем ему остановиться, тот пусть носит васильки», — так говорилось в народе. Наибольшей любовью и популярностью среди всех народов Европы василек пользуется у немцев. В Германии этот цветок связывают с именем Вильгельма I и его матери — прусской королевы Луизы.

Тяжелыми для Германии были годы наполеоновских войн, когда Наполеон Бонапарт, сделавшись повелителем всей Европы, жестоко мстил немецким королям, примкнувшим к коалиции. С 1806 по 1808 г. королева Луиза, бежав из Берлина, укрывалась с детьми в Кёнигсберге. И вот однажды утром, гуляя, как всегда, со своим сыном, ставшим впоследствии императором Вильгельмом I, она встретила крестьянскую девушку с корзиной васильков, предложившую им купить цветы. С тех пор будущий император страстно полюбил их, и поэтому всегда в день его рождения весь стол, предназначенный для подарков, был уставлен букетиками васильков, а для немцев он сделался национальным цветком.

В России известна другая история, связанная с именем великого русского баснописца И. А. Крылова. Рассказывают, что когда в 1823 г. с Крыловым случился сильный апоплексический удар, императрица Мария Федоровна (мать Александра I), почитавшая его творчество, прислала ему букет цветов и переселила для поправки здоровья к себе в Павловск, сказав: «Под моим надзором он скорее поправится». Такое внимание глубоко тронуло Крылова и после того, как поправился, он написал басню «Василек», в которой под видом увядающего цветка изобразил себя, а под видом солнца — императрицу:

В глуши расцветший василек
Вдруг захирел, завял до половины
И, голову склоня на стебелек,
Уныло ждал кончины.

Дикий василек, по мнению жука, недостоин, чтобы его пригрело и оживило солнышко, но тем не менее:

...солнышко взошло, природу осветило,
По царству Флорину рассыпало лучи
И бедный василек, завянувший в ночи,
Небесным взором оживило.

Подаренный букетик Крылов бережно засушил, часто им любовался и завещал, чтобы, когда он умрет, букет этот был положен с ним. Говорят, что так и было исполнено.

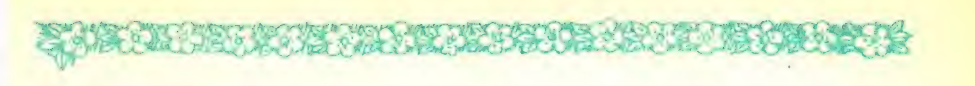
В старинном русском лечебнике XVII в. «О перепущении вод» приводится средство от бородавок. «Емлем семя васильково толчёно, присыпаем к бородавицам, тако корень у них вытянет и их истребит, потом николи же не растут на том месте». В народной медицине настойка цветков василька на водке используется как противопростудное, потогонное и противовоспалительное средство, для примочек при глазных заболеваниях и как противолихорадочное средство. В монгольской народной медицине василек известен как желудочно-кишечное средство.

В настоящее время в научной медицине в качестве лекарственного сырья используются только краевые воронковидные ярко-синие цветки, собранные во время цветения, высушенные в тени при хорошем проветривании. Применяют цветки василька как легкое мочегонное средство при заболеваниях почек и мочевыводящих путей в виде настоя: одну чайную ложку цветков заваривают в стакане кипящей воды, настаивают 45 мин и процеживают. Принимают по четверти стакана три раза в день за 15—20 мин до еды.

Василек синий — однолетнее сорное растение с ветвистым стеблем 60—80 см. Нижние листья перистолопастные, верхние — линейные, очередные, покрытые, как и стебель, шершавыми волосками. Краевые цветки воронковидные, ярко-синие, срединные — трубчатые, фиолетовые, собраны в продолговатую корзинку диаметром до 3 см. На концах основного и боковых побегов расположены одиночные корзинки. Цветет одновременно с рожью. Плоды — семянки с хохолком, рассеиваются до уборки хлебов. Известны озимые и яровые формы. Каждое растение дает до 2500 семянок. Василек — прекрасный медонос. В лекарственном сырье содержатся антоцианы, кумарины, эфирное масло.

Цветки василька могут быть использованы для получения красок — голубой и синей, для изготовления василькового уксуса.





Болотную вахту трилистник несет,
Недвижно зеленое море,
Цветочные пики встречают восход
В безмолвном и вечном дозоре.

А. Бузни



ахта трехлистная (трилистник водяной, трифоль, бобовник и др.) — *Menyanthes trifoliata* L. Сем. Вахтовые — Menyanthaceae

Родовое латинское название *Menyanthes* впервые встречается в работах Теофраста и о его происхождении нет единого мнения. Большинство ученых считает, что оно произошло от греческих слов «menyo» — показывать и «anthos» — цветок, так как растение имеет крупное соцветие бледно-розовых цветков, хорошо заметное в темноте и как бы предупреждающее путника о топком месте, где растение обычно обитает. Этим же объясняется наиболее известное русское название — вахта. Однако есть и другие толкования происхождения названия. По одному из них оно обозначает «недолго цветущий цветок», по другому — «цветок луны» из-за незакрывающихся ночью цветков.

А в народе рассказывают грустную историю, которая произошла на берегах реки Великой во владениях водяной царицы Волховы. Невзлюбила злая мачеха свою маленькую падчерицу по имени Вахка и погубила ее. Только не умерла девочка, а превратилась в русалочку. Очень скучала она по своим друзьям, добрым лесным гномам, к которым, живя на земле, часто убегала слушать волшебные сказки. И вот однажды, выйдя на берег реки с подружками водить хоровод, она решила сбегать навестить гномов, забыв строгий наказ Волховы

не отлучаться от подруг. За ослушание она и была строго наказана. Грозная царица запретила ей появляться в подводном царстве и заставила постоянно стоять «на вахте» у ворот в подводное царство. Горько оплакивала русалочка свою участь, плакала день и ночь и постепенно превратилась в красивое растение: ее ноги превратились в корешки, руки — в листочки, а голова — в бело-розовые цветки. Само растение от горючих слез русалочки стало очень горьким. С тех пор оно и носит имя несчастной девочки.

А еще рассказывают, что жили на краю огромного болота две девочки — неразлучные подружки. Все они делали вместе. И вот однажды пошли они на болото по клюкву. Собирали весь день, собрали полные короба, устали и решили домой возвращаться. Но вот одна из них увидела на дальней кочке особенно крупные и красные ягоды. Захотелось ей непременно их достать. Потянулась за ними девочка, оступилась и упала в трясину. Как ни старалась подружка, не смогла ей помочь. Погибла девочка, но с тех пор на том месте каждую весну вырастает красивый пушистый цветок и назвали его люди вахтой за то, что предупреждает: «Осторожно, болото!»

Но не только за доброе отношение к людям полюбили в народе вахту, но и за ее исцеляющие свойства, известные с глубокой древности. В народной медицине разных стран ее применяли в качестве желудочного и аппетитного средства. Она считалась одним из лучших противоцинготных и желчегонных средств. Ее употребляли при лечении лихорадки и туберкулеза. Настоем ее листьев промывали раны, язвы и лишаи.

Современная научная медицина рекомендует ее при лечении заболеваний желудочно-кишечного тракта с пониженной кислотностью и для возбуждения аппетита. Например, берут корневище с корнями валерианы — 5 г, листья мяты перечной — 15 г, траву тысячелистника — 20 г, корневище аира болотного, листья вахты трехлистной, траву золототысячника малого, плоды тмина и аниса обыкновенного, цветки ромашки обыкновенной — по 10 г. Принимать внутрь по 1/3—1/2 стакана отвара на один прием в горячем виде за полчаса до еды при гастритах, язвенной болезни желудка. Листья вахты входят в состав аппетитного, желчегонного и успокоительного сборов.

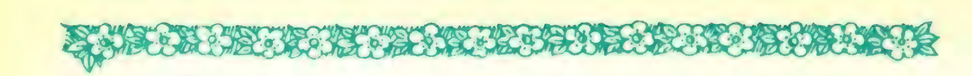
В гомеопатии ее применяют при простудных заболеваниях, связанных с ознобом, и при глаукоме.

Вахта трехлистная — многолетнее травянистое растение с разветвленным губчатым корневищем, укореняющимся в иле или даже плавающим в воде. Молодой конец корневища приподнимается и выносит на поверхность воды пучок длинночерешковых (до 30 см) темно-зеленых тройчатых листьев. По форме и размерам они напоминают листья некоторых растений семейства бобовые, отсюда русское название «бобовник». Одновременно с листьями появляются голые цветоносы, заканчивающиеся густой кистью бело-розовых пятичленных цветков. Венчик воронковидный, пятизубчатый, мохнатоволосистый внутри. Цветет в конце мая — начале июня. Цветение непродолжительно, всего около двух недель. Плоды — шаровидные коробочки с мелкими семенами, созревают в августе. Но размножа-

ется вахта главным образом вегетативно, корневище ежегодно нарастает на 6—30 см. Распространена по всей умеренной зоне северного полушария — в лесной зоне Европы, в Сибири, на Дальнем Востоке и в Северной Америке. Поселяется по берегам разного типа болот, в стоячей воде, иногда на сырых лугах. Образует чистые заросли самостоятельно или в сообществе с аиром, хвощом топяным, сабельником, осоками, сфагнумом.

В листьях вахты — трифоли содержатся монотерпеновые гликозиды, алкалоид генцианин, аскорбиновая кислота. Применяют листья трифоли и при изготовлении пива для придания ему особого «бархатного» вкуса.





Невзрачный, цветом бело-розоватый
И запах среди трав не различишь,
Но силою своею узловатою
Кровотеченье усмирит спорыш.

А. Бузни



Горец птичий, спорыш (топтун-трава, гусятница, птичья гречиха, трава-мурава) — *Polygonum aviculare* L. Сем. Гречишные — Polygonaceae

Родовое латинское название является производным от двух греческих слов «poly» — много, и «gony» — колено и буквально означает многоколенный. Связано это с тем, что стебель у растения узловатый, в узлах вздут и это производит впечатление многоколенности. Видовое название обозначает «птичий». Птицы (домашние и дикие) любят его зрелые орешки, отсюда происходят и русские названия: гусятница, птичья гречиха.

Русское название «спорыш» дано растению за способность быстро, споро отращивать отрезанные либо поврежденные побеги. Еще одно русское название «топтун-трава» связано с поразительной устойчивостью растения к вытаптыванию. И люди по ней ходят, птица и скот на ней пасутся, даже телеги и машины ездят, а ей все нипочем. А наделила траву такой устойчивостью, говорят, старая колдунья, которой хотелось во что бы то ни стало досадить людям. И было это так. Ходила раз старая колдунья в горы за травами. На обратном пути утомилась и присела отдохнуть. Смотрит, а навстречу ей поднимается из долины маленькая зеленая травка. Стала расспрашивать старая, куда и зачем направляется травка. А та жалуется: совсем вытеснили ее люди, все луга распахивают, все заросли кор-

чуют, совсем ей житья не стало, и решила она уйти подальше в горы, чтобы ей никто не мешал и она никому не мешала. Призадумалась колдунья и придумала, как досадить людям. Уговорила она проворную травку вернуться. «Но теперь, — сказала она, — ты будешь заселять поля и огороды, сады и клумбы, человек будет изгонять тебя, но у него ничего не получится». Как сказала колдунья, так и случилось. Что уж человек ни делал — и с корнем вырывал траву, и ногами вытаптывал, и машинами выпалывал, но изгнать упрямую травку не смог. Мало того что она выбирает почву порыхлее и побогаче, она так разрастается, что никакие травы рядом с ней расти не могут. И призадумался человек: а нельзя ли ее приспособить себе на пользу. И придумал. Оказалось, что она способна дарить здоровье больным, служит питательным кормом для птиц и домашнего скота, полезна в домашнем хозяйстве. Вот так и просчиталась колдунья. Подарила, оказалось, человеку доброго помощника.

В восточно-славянской мифологии спорыш — символ плодородия. Белорусы, например, представляли его в виде белого кудрявого паренька, который ходит по полю.

В разных странах издавна почитают траву спорыша в качестве лекарственной. В русской народной медицине ее применяют в виде отвара, порошка и свежего сока из цветущей травы. Она считается противовоспалительным и мочегонным средством, а также средством, способным регулировать обмен веществ. Поэтому ее рекомендуют при почечнокаменной и желчнокаменной болезни. В народной медицине Западной Европы и России ее употребляли при туберкулезе легких, так как было замечено, что при лечении спорышом у больных улучшается аппетит и увеличивается масса тела. Часто траву спорыша используют в смеси с другими травами. Например, при воспалении легких рекомендуется смесь из равных частей травы спорыша, листьев мать-и-мачехи и цветков черной бузины. Наружно в виде примочек и сока свежего растения применяют для лечения гнойных ран.

В современной научной медицине трава спорыша применяется в акушерско-гинекологической практике как маточное, кровоостанавливающее и мочегонное средство. А смесь из равных частей травы зверобоя, сушеницы топяной, хвоща полевого, горца почечуйного, листьев подорожника большого, цветков ромашки аптечной, коры крушины ольховидной, корня стальника полевого принимают по 1/3 стакана настоя 3 раза в день до еды при геморрое.

Горец птичий — однолетнее сорное растение с приподнимающимся либо стелющимся узловатым стеблем длиной до 60 см. Листья очередные, мелкие, снабженные белыми пленчатыми раструбами из сросшихся прилистников. В пазухах листьев сидят 1—5 мелких цветков с пятичленным простым околоцветником. Доли цветка зеленоватые, с белой либо розовой каймой. Плоды — черные трехгранные орешки, созревают в августе — сентябре. Охотно поедаются всеми птицами. Очень неприхотлив, поселяется в самых неожиданных местах, в том числе на чистых песках, солончаках, в щелях городского асфальта, между камнями. Благодаря этому распространен на

3—456

всех материках и не встречается только в Арктике. Поселяется на рыхлой хорошо удобренной почве, где буйно разрастается, образуя сплошной темно-зеленый ковер (трава-мурава), совершенно подавляя другие растения. В траве спорыша содержатся витамины, аскорбиновая кислота, каротиноиды, микроэлементы, флавоноиды, большое количество солей кремниевой кислоты.

Является ценной кормовой культурой. Из травы можно получать природные красители, в том числе из корней — синий. Травой спорыша хорошо отмывается посуда.





Раненый вепрем, лежит меж нагорий Адонис прекрасный,
В белое ранен бедро он клыком; и на горе Киприде
Дух испускает последний; и кровь заливает, чернея,
Белое тело его, и застыли глаза под бровями.
С губ его краска бежит, и с ней умирает навеки
Тот поцелуй, что Киприда уже от него не получит.

Бион



Горицвет весенний (адонис, черногорка, волосатик) — *Adonis vernalis* L.

Сем. Лютиковые — Ranunculaceae

Родовое название растению дано в честь прекрасного юноши Адониса, о котором рассказывает древнегреческая легенда. Богиня Афродита, рассердившись на дочь царя Кипра за то, что та недостаточно почитала ее, внушила ей страсть к собственному отцу. Царь Кинир вступает в преступную связь, не подозревая, что имеет дело с собственной дочерью, а узнав, проклинает ее. Боги, сжалившись над нею, превращают несчастную в мирровое дерево. Спустя время из треснувшего ствола этого дерева рождается ребенок удивительной красоты. Афродита передает младенца в ларце на воспитание Персефоне, царице подземного царства. Вырастив Адониса, Персефона не пожелала с ним расстаться. Спор богинь разрешил Зевс, предназначив Адонису часть года проводить в царстве мертвых у Персефоны, а часть года на земле у Афродиты, спутником и возлюбленным которой он становится. Никто из смертных и богов не был равен ему красотой, и прекрасная богиня все время проводила с юным Адонисом. Вместе они охотились в горах и лесах Кипра, подобно богине охоты Артемиде, на зайцев, пугливых оленей и серн, избегая охоты на грозных львов и кабанов. Однажды в отсутствие Афродиты собаки Адониса напали на след громадного кабана. Это Артемида, разгневанная тем, что ей предпочли богиню любви, насылает на юношу сви-

репого зверя. По другим преданиям, в свирепого вепря превратился ревнивый Арес, муж Афродиты. Адонис радовался предстоящей добыче, не подозревая, что это его последняя охота. Вот он уже приготовился копьем пронзить разъяренного кабана, но не успел: кинулся на него кабан и смертельно ранил юного охотника своими громадными острыми клыками. Умер Адонис от страшной раны.

Убитая горем Афродита сама отправилась в горы разыскивать тело своего возлюбленного. Пробираясь по камням между скал, она не замечала, как острые камни и колючки терновника ранили ее нежные ноги; капли ее крови падали на землю, и на их месте вырастали алые душистые розы. Наконец, нашла богиня тело Адониса, горько оплакала его, и с ней горевала вся природа. В память о своей любви вырастила она из крови Адониса прекрасный цветок, который распускался каждую весну. Сжалился Зевс над горем богини любви, велел он брату своему Аиду отпускать Адониса на полгода из мрачного царства умерших на землю к солнцу. С первыми весенними лучами солнца приходит Адонис на землю и вся природа оживает, а в степи и на опушках леса распускается золотисто-желтый цветок, названный его именем.

Согласно другой легенде, цветок получил имя Адониса в честь финикийского и ассирийского бога солнца Адона, который ежегодно умирал осенью и воскресал весной.

Русские названия — черногорка, горицвет — указывают на обитание растения на склонах пригорков, хорошо прогреваемых солнцем и потому образующих первые черные проталины, на которых и распускается одним из первых адонис.

Горицвет — старинное народное лекарственное средство, в русской медицине он применяется с XVI в. В XVII—XVIII вв. его траву и корни народные лекари широко применяли при различных сердечных заболеваниях. Использовали его и при заболеваниях почек, судорогах, истерии.

В научную медицину введен с 1859 г., когда С. Д. Нос опубликовал статью «О народной медицине южноруссов», в которой указал на высокую эффективность травы адониса при сердечных заболеваниях. В 1861 г. о лечебном применении адониса при сердечных заболеваниях сделал сообщение врач П. В. Кивокурцев в Московском обществе русских врачей. В 80-х годах прошлого столетия русский врач Н. А. Бубнов, работая в Воронежской области, наблюдал как местные знахарки успешно лечили горицветом расстройства сердечной деятельности. Под руководством и по рекомендации С. П. Боткина Н. А. Бубнов глубоко и разносторонне исследовал горицвет, и с тех пор его препараты широко используются при сердечных заболеваниях. Он обладает способностью усиливать сокращения сердечной мышцы и замедлять ее ритм. Кроме того, характерная особенность растения — успокаивающее воздействие на центральную нервную систему. Используется только по назначению врача.

Горицвет весенний — многолетнее травянистое растение, возраст которого достигает 100 лет. Ранней весной появляется короткий побег, заканчивающийся одним крупным золотистым цветком. Во

время цветения и плодоношения развивается несколько боковых побегов, на верхушке также несущих по одному крупному цветку. Таким образом, к середине лета растение приобретает вид невысокого, до 40 см, пушистого кустика. Листья многочисленные, пальчаторассеченные на тонкие доли, что и послужило основанием для еще одного русского названия — «волосатик». Цветущее растение очень красиво и издали привлекает внимание. Плоды — мелкие сухие сборные семянки, собраны по нескольку вместе. Произрастает в степях и лесостепи европейской части страны и Западной Сибири. Ареал его включает Крым и Кавказ. В связи с распашкой степей площадь его зарослей быстро сокращается, поэтому растение внесено в Красную книгу. Наиболее крупные его заросли взяты на учет. Вопросы охраны горицвета приобретают особую актуальность, если учесть, что ввести в культуру его не удается, несмотря на многолетние усилия советских и зарубежных ученых. В траве горицвета содержатся сердечные гликозиды — адонитоксин, цимарин, а также сапонины, флавоновый гликозид адониверит и др.

В аптеках из травы адониса готовят настой. Промышленностью выпускается адонизид сухой (для приготовления таблеток). Выпускаются таблетки адонис-бром.





Это чудо удивительно простое:
Зеленью ветвей едва прикрытое
Вдруг алеет совершенно неземное —
Розовая чаша опрокинутая.
А когда о ней совсем забудется,
Плод повиснет словно чудо новое
И затем рассыпятся на блюдце
Солнышком рубины напоенные.

А. Бузни



Гранатник (гранатовое дерево) — *Punica granatum* L. Сем. Гранатовые — Punicaceae

Родовое латинское название *Punica* указывает на то, что родиной культурного граната был, по всей видимости, Карфаген (на территории современного Туниса), основанный финикянами. Видовое название *granatum* (зернистый) дано в связи с обилием семян в плодах, поэтому в некоторых странах гранат стал символом плодородия.

На Востоке цветки и плоды граната — символ дружеских чувств и сердечной привязанности, поэтому при выходе в гости в качестве подарка чаще всего берут плоды граната. Мавры именем любимого растения назвали свой лучший город — Гренада, расположенный на юге Испании. Здесь гранату с древнейших времен приписывали божественное происхождение и почитали царем всех плодов за вкус и за огненно-красную корону на верхушке плода.

А вот в Крыму существует другое предание о происхождении этого кустарника. На морском побережье в 14 верстах от Алушты проживал простой рыбак с добродетельной женой. Это были чрезвычайно добрые и хорошие люди. Двери их хижины всегда были открыты для путников, которые находили в ней приют и ночлег. Бедные вдовы и сироты постоянно кормились у них, получая не только пищу, но слова ласки и утешения. Окрестные жители глубоко уважали рыбака и его жену. Добрая слава шла о них по Крыму. А рядом с доброй славой шла худая, о трех их дочерях.

Старшая Тополина была мала, безобразна и со злым характером. Вторая дочь — Граната — помешалась на розовом цвете. Постоянно упрекала отца и мать за то, что она не красавица и что у нее не розовый цвет лица. Вот если бы она была яркая, как розовый цветок, говорила она, то все прохожие останавливались бы и смотрели на нее в восхищении. Младшая, Кипариса, была веселая и красивая, но по примеру старших сестер тоже насмехалась над отцом и матерью. Тяжело было слушать родителям несправедливые слова дочерей, но родительская любовь слепа и беспомощна. Старики молча сносили безобразные проделки своих дочерей. Однажды дочери, разозленные каким-то уличным скандалом, с кулаками набросились на своих старых родителей и начали избивать их. «О небо! — взмолились старики, — есть ли силы, которые смогли бы защитить нас от наших же детей!».

Не успели они произнести эти слова, как неизвестно откуда раздался голос: «Тополина! Ты проклинаешь своих родителей за то, что мала ростом, так стань же высочайшим деревом, у которого никогда не будет цветков и плодов.

Граната! Ты станешь деревом с розовыми цветками и все будут восхищаться ими, но никто не наклонится, чтобы понюхать эти красивые цветы, потому что они не будут иметь запаха. Плоды твои, ярко-красные в середине, не насытят никого и не утолят ничьей жажды, потому что они не будут созревать.

Кипариса! Ты станешь растением красивым и печальным».

Перепуганные насмерть девушки бросились из хижины, за ними выбежали родители, но детей своих они уже не увидели: во дворе стояли три дотоле неизвестных дерева. Одно взметнуло вверх свои ветви, другое протягивало розовые цветы, а третье застыло в грустном молчании. И назвали эти деревья именами трех жестоких дочерей — тополь, гранат, кипарис.

В Древней Греции плоды граната были символом брака. Когда по воле великого Зевса Аид, бог подземного царства, должен был на время возвратить похищенную им Персефону матери ее Деметре, перед расставанием он дал ей проглотить зерно плода граната, чтобы не забыла вернуться к мужу, когда придет время.

Гранат — древнее лекарственное растение. В Вавилоне гранат разводили еще 5000 лет назад. Индийская «Аюрведа» — наука о жизни — рекомендует плоды граната наряду с виноградом и яблоками для «омолаживания тела». Гиппократ применял его сок при желудочных болях, а кожуру плодов против дизентерии и для лечения ран. Авиценна писал: «Гранатам всех видов, даже кислым, присуще очищающее и вяжущее свойство». Кору граната для избавления от глистов использовали в Древней Греции, Риме, Индии, Армении.

В настоящее время сок плодов граната в свежем либо консервированном виде выпускается предприятиями пищевой промышленности. Он возбуждает аппетит, регулирует деятельность желудка, обладает противоцинготным, противовоспалительным действием. В народной медицине используется широко. Кожура плодов в виде

отвара применяется как вяжущее. Цветки в виде припарок — прекрасное ранозаживляющее средство. По Авиценне, теплота цветков дикого гранатника заставляет склеиваться раны.

Гранат — кустарник или деревце от 1 до 5 м высотой. Листья блестящие, эллиптические, расположены супротивно или сближены в пучки. Цветки крупные, розовые или красно-оранжевые. Плод — ягодообразный, крупный, до 10—15 см в диаметре, с кожистым околоплодником и многочисленными многогранными семенами с сочной ярко-красной или розовой пульпой, имеющими кисло-сладкий вкус. Цветет в июне, плоды созревают в сентябре — октябре.

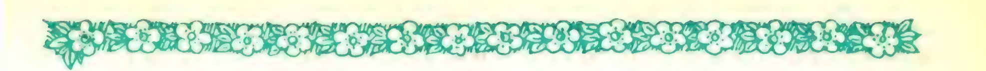
В соке граната содержатся витамины, органические кислоты, танин. В кожуре плодов 32 % дубильных веществ. В коре корней, стволов, ветвей найдены алкалоиды псевдопельтьерин, метилизопельтьерин, пельтьерин и др. Цветки содержат красящее вещество.

Родиной граната считается Средиземноморье. В нашей стране дикорастущий гранат обитал на Кавказе, где теперь вырублен. Сохранился в Туркмении и Узбекистане в горных ущельях. Дикорастущие гранатники охраняются, занесены в Красную книгу. Плоды дикорастущего граната имеют очень кислый вкус и в диаметре не превышают 8 см. Выведены многочисленные культурные сорта с крупными (до 20 см) плодами, имеющими белые и красные семена, очень сладкие и ароматные.

Дубильные вещества граната используются в народном хозяйстве для дубления высших сортов тонких кож и изготовления красок. Красители, полученные из цветков, употребляют для окрашивания шелка, шерстяных тканей. Из сока граната готовят напитки, сиропы, приправы, консервируют его. Из семян получают ароматное золотистое масло, содержащее бегоневую кислоту и витамин Е.

Ветка граната — символ острова Гренада, на его флаге зеленая ветка с плодом в коричневом овале.





Вздохну счастливый и здоровый,
Как дуб-атлет, дубравный бог,
Сломить которого не смог
Ветров напор многовековый.

А. Граши



Дуб обыкновенный (дуб черешчатый) — *Quercus robur* L. (*Q. pedunculata* Ehrh.)
Сем. Буковые — Fagaceae

Родовое латинское название произошло от двух кельтских слов: quer — красный и cyer — дерево, т. е. красное, красивое дерево.

Видовое название *robur* означает твердое дерево, а *pedunculata* — черешчатый — дано из-за желудей, сидящих в чашечке-плюске, снабженной ножкой.

Ни одно дерево не пользовалось у народов Европы такой любовью и почетом, как дуб. Славяне, древние греки, римляне считали его священным, поклонялись ему, приписывали ему чудесные свойства, сочиняли про него былины, легенды, песни; своих героев и защитников сравнивали с этим могучим деревом. Считалось, что дуб был дан богами людям как великий подарок. Без разрешения жрецов нельзя было срубить дуб, обломать ветку, нанести ему какой-либо вред. Нарушители запрета жестоко наказывались. У некоторых народов дубы имели покровителей — святых. В Греции дубовая ветка была символом силы, могущества, знатности. Дубовыми ветками награждали воинов, совершивших выдающиеся подвиги. Греки считали, что дуб появился на земле раньше других деревьев, и посвящали его богу света, наук и искусства — Аполлону. Чтобы прогнать засуху, жрец Зевса Ликейского бросал в воду дубовую ветвь, вызывая таким образом дождь.

В Древнем Риме дуб посвящался верховному богу — Юпитеру, а желуди назывались божественными плодами.

Перед жатвой римляне чтили Цереру, богиню плодородия, пляской и песнями, «поначалу виски листвой увенчавши дубовой». Под священными дубами у славян происходили все важнейшие события — собрания, свадебные обряды, суды. В священных рощах выделяли наиболее старые деревья, обносили их оградой, за которую разрешалось заходить только жрецам. Здесь жрецы совершали жертвоприношения, делали «оракульские предсказания», якобы, исходившие от божества, живущего в ветвях дерева. Предсказания составлялись в зависимости от шума ветвей и шелеста листьев. Возле такого священного дерева человек был неприкосновенным даже для смертельного врага. Рядом с такими деревьями расставляли скульптуры языческих богов — Перуна, Сварога, Велеса и других, тоже вырезанных из дуба. В жертву приносились мед, брага, пиво, квас, дикие звери, которых живыми бросали в священный огонь из дубовых веток. Взамен люди просили здоровья, удачи в торговле, победы, хорошего урожая: «Сохрани, пращур, наши злаки от бури, града и палящего солнца! Защити от злых хазар и печенегов род наш — детей своих». Женщины развешивали на ветвях венки, цветочные гирлянды, куски пряжи, бусы из желудей и просили: «Дай нам, великий, силы рожать так легко и обильно, как ты рожаешь своих детей».

Но все-таки дуб считался олицетворением мужского начала, поэтому погибших в бою воинов сжигали на погребальных кострах из дубового «древия», так как «дуб — дерево мужчин, его пламя очищает душу воина». В связи с этим существовал обычай: на праздник Ивана Купалы всех Иванов украшали дубовыми венками. С дубом связывали сельскохозяйственный календарь:

Дуб одевается — скотина наедается.
Когда дуб развернулся в заячье ухо, сей овес.
Если дубовый лист развернулся, то земля принялась за свой род.
Не сей пшеницы прежде дубового листа.
Когда на дубу почки распускаются — пора сеять лен на легких землях.

Пытались предсказывать будущий урожай:

Дуб перед ясенем лист пустит — к сухому лету.
Коли на Федота на дубу макушка с опушкой, будешь мерять овес кадушкой.
Коли с дуба и березы лист опал чисто, будет легкий год для людей и скота.
Много желудей на дубу — к теплой зиме и плодородному лету.

Сочинялись пословицы и поговорки:

В лесу дуб рубль, а в столице по рублю спица.
Держись за дубок: дубок в землю глубок.
Стар дуб, да корень свеж.
Что ни дуб — то тулуп, что ни сосёнка, то избенка.

Ученые-археологи утверждают, что первым хлебным растением на земле были не злаки, а дуб. При раскопках трипольских поселений на территории современной Кировоградской области найдены высушенные и растертые в муку желуди, из которых пекли хлеб более 5000 лет назад. У римского поэта Вергилия по этому поводу читаем:

Землю железом пахать научила впервые Церера
В пору, когда по священным лесам оказалась нехватка
В ягодах и желудях, и Дидона питать перестала.

Гален пишет, что желуди питательнее всех семян, так что даже могут сравниться с хлебными злаками. Сырые желуди для человека опасны, так как содержат ядовитое вещество кверцетин, совсем безвредное для животных. Однако при вымачивании либо обжаривании кверцетин разрушается либо вымывается, и желуди становятся съедобными для человека. Желудевая мука и в настоящее время применяется для выпечки кондитерских изделий.

Особенно поражала людей долговечность этого дерева: возраст некоторых из дубов достигал 1000—1500 лет. Плиний Старший писал, что нетронутые веками, одного возраста со Вселенной, они поражают своей бессмертной судьбою, как величайшее чудо мира. И сейчас дубы в возрасте 300—500 лет не являются редкостью. Старейшему в Европе Стельмукскому дубу (в Литве) 2000 лет. В Латвии в местечке Эдоле жив дуб — ровесник Риги. В Запорожье у селения Верхняя Хортица живет 800-летний дуб. Диаметр его кроны 43 м. Существует предание, что именно под этим дубом писали запорожцы знаменитое письмо турецкому султану, а в 1648 г. в тени этого дуба отдыхал Богдан Хмельницкий.

В 1974 г. в Армении близ Иждевана рухнул от старости дуб, которому к этому времени исполнилось 1523 года. Он был посажен в 449 г. полководцем Варданом Машиконяном в честь победы над персами.

Всем известны бессмертные строчки А. С. Пушкина:

Гляжу ль на дуб уединенный,
Я мыслю: патриарх лесов
Переживет мой век забвенный,
Как пережил он век отцов.

Применение дуба в медицине имеет давнюю традицию. Авиценна сообщает: «Они (желуди) обладают вяжущим свойством... листья дуба сильнее вяжут и меньше сушат».

В русской народной медицине заболевшему рекомендовалось хорошо пропотеть, после чего растереться дубовым четвертным платом. Дубовый плат — свежевыдубленный в отваре коры грубый холст. В бане же охотно парились не только березовыми, но и дубовыми вениками, особенно рекомендовали их заболевшим. Старые русские лечебники советовали лечить раны «дубовым листвием» и мелко толченой дубовой корой.

Кроме того, отвар коры дуба употребляли внутрь при поносах, внутренних и наружных кровотечениях, цинге, рахите, как противоядие при отравлении грибами и солями тяжелых металлов.

В России дубовую кору в больших количествах употребляли при выделке кож. Шкуры загружали в большие чаны, пересыпая их послойно кусками дубовой коры, и выдерживали до тех пор, пока шкуры не окрашивались в коричнево-красный цвет.

В современной медицине дубовую кору, собранную с молодых веток, применяют для полосканий при заболеваниях полости рта, а также для лечения ожогов. Для приготовления отвара две столовые ложки коры заливают одним стаканом горячей воды, кипятят на водяной бане 30 мин, настаивают 10 мин и процеживают в горячем виде.

На земном шаре насчитывается до 600 видов дуба, у нас в стране — 20 видов. Дуб — крупное дерево. В хороших условиях развивает мощную корневую систему, высокий (до 20 м) ствол и раскидистую пирамидальную или шатровидную крону. Листья кожистые, перистолопастные. Зацветают дубы одновременно с распусканием листьев с 30—60-летнего возраста, но обильно плодоносят лишь один раз в 4—8 лет. Цветки мелкие, зеленоватые, с малозаметным околоцветником. Плоды — желуди разной величины и формы, заключены в разросшуюся деревянистую плюску — чашечку. Цветет в мае, плоды созревают в августе — сентябре. Растет чаще в зоне широколиственных лесов, образуя иногда чистые леса — дубравы.

Основные биологически активные компоненты коры дуба — дубильные вещества. Термин «дубильные вещества» был впервые применен в 1796 г. французским ученым Сегеном для обозначения веществ, способных дубить кожу.

Большую ценность представляет древесина дуба. За свою твердость и красивый рисунок она широко используется в мебельном производстве. Особенно ценен мореный дуб, длительно выдерживающийся в воде, содержащий соединения железа и приобретающий красивую черную окраску. Дубовая древесина — один из важных компонентов при изготовлении коньяка.

Велико и эстетическое наслаждение, которое получает человек от этого прекрасного растения.

Как весел грохот летних бурь.
Когда, взметая прах летучий,
Гроза, нахлынувшая тучей,
Смутит небесную лазурь
И опрометчиво-безумно
Вдруг на дубраву набежит.
И вся дубрава задрожит
Широколиственно и шумно!

Ф. Тютчев





У дуба дубочка подвешена бочка,
шипами усажена, отравой заряжена.

Народная загадка



Дурман обыкновенный, или вонючий (дурнопьян, пьяные огурцы) — *Datura stramonium* L. Сем. Пасленовые — Solanaceae

Родовое название *Datura* происходит от арабского «таторах» — колоть и связано с шипами на плодах дурмана. Видовой эпитет означает «вонючий» из-за неприятного запаха, свойственного свежему растению.

Русское название основано на том, что в дозе, вызывающей отравление, дурман вызывает бред, фантастические галлюцинации — одурманивание, отсюда и русское «дурман».

Люди давно обратили внимание на действие ядовитых веществ, содержащихся в дурмане. В Индии с древних времен существовала даже профессия «отравителей датурой». Но использовался он главным образом как средство, вызывающее галлюцинации. Предполагают, что экстаз Пифии в Дельфах вызывался именно этим растением. Во всем мире славилось святилище Аполлона в Дельфах, основанное богом света на месте гибели страшного змея Пифона. В святилище жрица Пифия давала предсказания. Предсказания эти делались в состоянии экстаза, часто включали набор слов, которые можно было толковать по-разному. Тем не менее святилище в Дельфах пользовалось широкой известностью в античном мире.

В XVI в. дурман появился в окрестностях Вены, где использовался как наркотик. Его семена бросали на раскаленные угли;

надышавшись ядовитым дымом, люди впадали в одурманенное состояние. Арабские же народы подмешивали дурман в курительный табак и напитки, чтобы вызвать эйфорию.

При отравлении этим растением нервное возбуждение может привести к психическому расстройству. В литературе описано, как в 1676 г. отравилась дурманом группа английских моряков вместе с капитаном Джоном Смитом. Моряки съели салат, в который попали листья дурмана. Они были собраны по ошибке вместо листьев лебеды, на которые похожи размерами и формой.

Вот как характеризует это растение Авиценна: «Это яд, вызывающий онемение; плоды его похожи на орех, у них толстые и короткие колючки... Плоды вызывают «опьянение» и вредны для мозга... Эти плоды — враг сердца».

В современной медицине дурман используется в качестве спазмолитического средства: при бронхиальной астме, спастических бронхитах, язвенной болезни. Действие его препаратов аналогично препаратам белладонны, но слабее.

Дурман обыкновенный — однолетнее крупное травянистое растение, типичный сорняк. Он имеет мощные разветвленные стебли, крупные ярко-зеленые листья, чаще яйцевидные, с заостренной верхушкой и неравномерно выемчатым краем. Крупные одиночные цветки сидят по одному в пазухах листьев или развилинах стебля и довольно красивы. Венчик белый, складчатый, воронковидный. Чашечка зеленая, трубчатая, частично сохраняющаяся при плодах. Плоды очень своеобразны. В Чехословакии их называют «девственные огурцы», в Германии — «терновое яблоко». Крупная шиповатая коробочка при созревании раскрывается четырьмя створками. Внутри находятся многочисленные черные семена.

Дурман обыкновенный — представитель тропического рода. Многочисленные его родственники встречаются в тропических районах Америки, Азии. Многие из них ядовиты, а имеющие крупные душистые цветки культивируются как декоративные.

В нашей стране распространен как сорное растение в черноземной зоне в Крыму, на Кавказе, в Средней Азии. Для промышленных целей культивируется на плантациях.

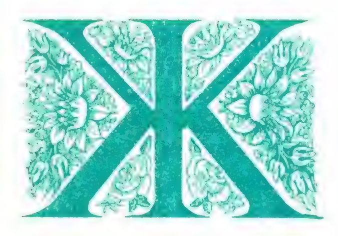
В листьях дурмана содержится алкалоид гиосциамин, но в количествах меньших, чем в белладонне. В старину листьями дурмана натирали лошадей, чтобы их не одолевали оводы.





Царь лесных зверей — тигр,
царь морских зверей — дракон,
царь лесных растений — женьшень.

Китайская пословица



еньшень (женьшень настоящий, панакс женьшень, дар богов, божественная трава, стосил, человек-корень и др.) — *Panax ginseng* A. Mey. Сем. Аралиевые — Araliaceae

Когда в 1753 г. Карл Линней познакомился с этим растением, до Европы уже дошла громкая слава всеисцеляющего средства и поэтому ему было дано название, производное от слова panacea, обозначающего «лекарство от всех болезней». Видовой эпитет *ginseng* произошел от китайского названия растения, обозначающего человек-корень, из-за схожести корня этого растения с фигурой человека.

Первое письменное упоминание о нем находится в древнейшем китайском сочинении о лекарственных средствах «Шень-нун-бэн цао», относящемся к I в. до н. э., хотя в восточной народной медицине он применяется не менее 4—5 тысячелетий. И не было в истории медицины более легендарного растения. Ему приписывали свойство не только исцелять все болезни, но и вселять жизнь в умирающего человека. В народе его называли «корнем жизни», «чудом мира», «ударом бессмертия» и другими столь же громкими именами. Растение с такими исключительными свойствами не могло возникнуть обычным путем и поэтому о происхождении женьшеня сложено множество легенд. В одной из них утверждается, что растение рождается от молнии. Если молния ударит в прозрачную

воду горного источника, то источник уходит под землю, а на его месте вырастает растение, вобравшее в себя силу небесного огня. Отсюда еще одно название — корень-молния.

Другая легенда рассказывает, что в давние времена жил в Китае добрый и могучий рыцарь Жень-Шень. Была у него красавица сестра Ляо. Однажды, защищая простых людей, Жень-Шень захватил в плен жестокого и красивого предводителя хунхузов Сон Шихо. Увидела его Ляо, полюбила и решила освободить из заключения. Вместе они бегут в горы. Узнав об этом, Жень-Шень бросился в погоню. Настигнув беглецов, он вступает в поединок с Сон Шихо. Жестокой была битва, но, наконец, Жень-Шеню удается нанести сильный удар противнику. Ляо, укрывавшаяся в кустах, вскрикнула. Жень-Шень повернулся на голос сестры и, воспользовавшись этим, Сон Шихо, сам уже смертельно раненный, вонзил меч в спину противнику. Горько оплакивала сестра Жень-Шеня, и там, где падали ее слезы, вырастало невиданное растение, обладающее чудесными свойствами.

Еще одно предание рассказывает, что в горах Маньчжурии среди дремучих лесов жили два враждующих племени. Первое будто бы вело свой род от могучего и справедливого царя лесов и зверей тигра, второе — от хищной и коварной рыси. Родились у вождей племен одновременно по мальчику. Подрастая, играли они вместе, подружились, и между племенами наступило долгожданное перемирие. Мальчики выросли. Первый, наследник тигра, был приземистым крепышом, сильным, смелым и великодушным, а звали его Жень-Шень. Второй, Сон Шихо, наследник рыси, был красивым, но честолюбивым эгоистом, жадным и коварным. Родители, ослепленные красотой сына, прощали ему дурные поступки. Однажды на их край обрушилось страшное несчастье, в их землях поселился Желтый дракон — чудовище, убивавшее людей. Все сплотились в борьбе с несчастьем, и лишь Сон Шихо перешел на сторону врага. Долгой и жестокой была битва, яростно сражался Жень-Шень и, наконец, страшный дракон был повержен. Жалкий и уже смертельно раненный ползал у ног победителя и Сон Шихо. Но, выбрав момент, когда Жень-Шень отвернулся, нанес ему предательский удар в спину. На вершине высокой горы похоронили Жень-Шеня, а когда люди возвращались домой, на месте его гибели увидели чудом выросшее невиданное растение. И благодарные соплеменники сказали: «Из крови нашего избавителя выросла эта трава, пусть же она носит его славное имя».

Согласно другим легендам, в женьшень превратилась самая красивая девушка по имени Мей, которую заключил в своем замке император; в женьшень превратился мальчик-оборотень; женьшень является сыном тигра и красной сосны. Растение, возникшее таким чудесным способом, конечно же, имело сверхъестественные свойства: превращалось в дикого зверя, птицу, камень и даже в человека. Поэтому и обнаружить его трудно. Спасаясь от людей, растение наплодило великое множество себе подобных растений-двойников, которых называют «панцуй». Это не настоящий женьшень, но чем

больше корень панцуя напоминает фигуру человека, тем ближе он к подлинному женьшеню и тем он сильнее. Обращают внимание на форму листьев и их количество, на высоту растения и форму стебля.

В Китае верили, что только честный человек может найти женьшень. Встретив заветное растение в лесу, сборщик закрывал лицо руками, падал на землю, громко причитая: «Панцуй, не уходи! Я чистый человек, душа моя свободна от грехов, сердце мое открыто и нет у меня худых помышлений». И лишь выждав некоторое время, осторожно открывал глаза в надежде, что женьшень поверил ему. Бытовало также поверье, что ночью, во время своего цветения, растение светится необычайно ярким светом. Если в такую ночь выкопать корень, то он сможет не только излечить больного, но и воскресить мертвого. Однако добыть такой корень трудно, потому что его стерегут дракон и тигр. Лишь очень мужественные и сильные люди могут найти светящийся корень. Таково поверье.

Необыкновенная слава растения породила настоящую «женьшеневую лихорадку» и стала причиной многих трагедий и преступлений. В 1709 г. император Кань Хи ввел абсолютную монополию на сбор женьшеня. Поиски, добыча целебного корня были строго расписаны. Сборщики, получившие специальное разрешение на сбор, отправлялись в тайгу под охраной. Только на опушке леса каждому определяли место поисков и место выхода из тайги. На строго обозначенное время поиска выдавался необходимый запас пищи. Леса Китая, в которых тысячелетиями велся сбор женьшеня, были истощены, поэтому с середины XIX в. самым продуктивным местом добычи корня стал Уссурийский край. Ежегодно около 30 тыс. китайцев отправлялось в тайгу. В. К. Арсеньев писал: «Надо удивляться выносливости и терпению китайцев, в лохмотьях, полуголодные и истощенные, они идут без всяких дорог, целиною. Сколько их погибло от холода и голода, сколько заблудилось и пропало без вести, сколько было растерзано дикими зверями! И все-таки чем больше лишений, чем больше опасностей, чем угрюмей и неприветливей горы, чем глуше тайга и чем больше следов тигров, тем с большим рвением идет искатель-китаец. Он убежден, он верит, что все эти страхи только для того, чтобы напугать человека и отогнать его от места, где растет дорогой панцуй».

Увидя скромный стебелек растения, искатель почтительно опускается на колени и, прочтя заклинания, внимательно изучает само растение и его окружение. Он с величайшей осторожностью разгребает вокруг него старые сопревшие листья и специальной костяной лопаточкой начинает бережно выкапывать его, стараясь не повредить самые тонкие мочки. Особенно внимательно изучается форма корня, так как она в основном определяет ценность находки. «Если божественные силы создали целебный корень по образу и подобию человека, то и форма его должна напоминать человеческую фигуру» — в этом и сейчас убеждены китайские врачи. Молодые растения, имеющие 1—2 листа, не выкапывались, сохранялись на будущее. При этом все вокруг приводилось в прежнее состояние: на место вытоптанной травы подсаживалась свежая, примятая трава поднима-

лась, а само растение «замыкалось», т. е. на высоте 25—30 см стебелек окружался красной веревочкой, концы которой прикреплялись на две деревянные рогульки. Такой «запертый» женьшень никто не смел тронуть. На обратном пути удачливые искатели могли стать жертвой поджидавших их разбойников, хунхузов. На выходе из тайги в установленном месте сборщика ожидали чиновники, которые строго учитывали весь сбор. Только после этого разрешалось идти к императорскому дворцу. При переходе через Великую китайскую стену сборщик платил особую дань за собранные корни. Принимая корни, чиновники снижали плату ему за всевозможные нарушения. К этим нарушениям относились нарушение сроков пребывания в тайге, отклонения от маршрута, повреждения корней и т. п. В итоге сборщик получал за свой труд ничтожную плату. Корни самого высокого качества поступали в распоряжение императора, а менее ценные продавались придворной знати. В конце XIX в. в среднем за сезон добывалось около 4000 корней общей массой около 36 кг. Средняя масса корней составляла 20—40 г. Корни массой 100—200 г считаются большой редкостью. Самый крупный из известных корней был обнаружен в 1905 г. при строительстве железной дороги в Маньчжурии. Масса его равнялась 600 г, а возраст растения, по мнению ученых, был около 200 лет. Этот корень продали за 5 тыс. долларов, что, по мнению маньчжурских купцов, не составляло и половины его стоимости.

Существовал очень оригинальный способ определения настоящего корня от поддельного. Бегунам на семимильное расстояние давали в рот корень женьшеня. Если корень был настоящим — бегун выигрывал, если поддельный — проигрывал.

В Европу первые сухие корни женьшеня были привезены голландскими купцами в 1610 г. Закупив большую партию корней, они рассчитывали выгодно продать их дома. Но европейцы к тому времени уже научились скептически относиться ко всякого рода всеисцеляющим средствам, которые трудами алхимиков довольно часто появлялись на рынке. К тому же не были точно известны способы использования корня. И почти в течение столетия злополучные корни были объектом злых насмешек. Но на Востоке его популярность продолжала расти. Там он считался самой большой ценностью. Китайские императоры присылали его в подарок французскому королю Людовику XIV. В 1725 г. римский папа получил богатую посылку с корнями. С этого времени и начинает расти слава женьшеня в Европе. Первое письменное сообщение о женьшене здесь сделал Семедо Альваро в 1642 г.

В России о женьшене впервые узнали в 1675 г. из сочинения русского посла в Китае боярина Н. Г. Спафария. Сочинение называлось «Описание первыя части вселенныя, именуемой Азии, в ней же состоит Китайское государство с прочими его городы и провинции». В нем Спафарий пишет: «Корений же и трав у них великое множество, а дороже всех и похвальнее есть чинзен.., и именуют его так, что всякому человеку он пристоит.., и тот корень варят и дают тем, которые слабы от долгой немочи и великую помощь по-

дают». Тогда же корень был доставлен в Россию. Здесь весьма уважительно отнеслись к этому сообщению и уже при царе Алексее Михайловиче он был высоко оценен. Во всяком случае, когда в 1689 г. русский медик Лаврентий Блюменталь получил запрос из Берлина, он обстоятельно сообщил о способах изготовления и применения корня женьшеня. Но ввиду ограниченности запасов он был известен очень немногим. Когда в начале XX в. китайский богдыхан прислал в дар русскому царю отборные корни, при дворе не стали употреблять их и передали в Ботанический музей Академии наук (Петербург), где их можно видеть и сейчас. Женьшень настоящий встречался только в Азии. Близкий ему вид женьшень пятилистный произрастал в лесах Северной Америки. В 1718 г. французский миссионер Ляфито, живший среди племени ирокезов в Канаде, сообщил, что индейцы собирают растение, похожее на женьшень, и называют его «нога человека». Причем используют своеобразные способы консервирования и применяют как универсальное лекарственное средство. Впоследствии этот вид женьшеня был обнаружен и в других районах Северной Америки. Началась новая волна «женьшеневой лихорадки». Толпы искателей счастья и богатства устремились в нетронутые леса Нового Света. В первые годы более чем по 200 т этого растения ежегодно собирали в лесах Америки. Во второй половине XIX в. рынки Европы были наводнены североамериканским женьшенем. Неумеренный сбор вскоре привел к истощению запасов и к концу XIX в. из Америки вывозилось не более 50 кг корней ежегодно.

В чем же причина столь необычайной славы растения? Насколько она обоснована? Французский миссионер Жарту в 1714 г. при описании женьшеня ссылается на китайский источник: «Женьшень помогает при всякой слабости, в случае чрезвычайного телесного или душевного утомления или усталости; уничтожает и удаляет мокроту и скопление ее, останавливает рвоту и помогает пищеварению, укрепляет грудь и сердечную деятельность, уменьшает одышку, усиливает духовную и телесную деятельность организма, обостряет настроение духа, хорошо помогает против внезапных головокружений в жару, поправляет ослабленное зрение и продолжает и поддерживает жизнь в преклонном возрасте».

Китайские врачи назначали его при разных болезнях, а старым людям — в качестве эликсира для продления жизни. «Исцеляющее действие сказочного растения скажется немедленно и в тех случаях, когда настой его корней отведает человек, уже впавший в предсмертное забытье», — говорится в одной из древних фармакопей.

Как же оценивает женьшень современная медицина? Его относят к средствам неспецифического действия, т. е. к средствам, оказывающим влияние на весь организм. Применяют настойку, порошок, пилюли, настой при истощении, усталости, пониженной работоспособности, быстрой утомляемости, анемии, общем ослаблении организма, наступающем при различных хронических заболеваниях (диабете, туберкулезе и др.). Употребляют его и при заболеваниях

сердечно-сосудистой системы. Он способен повышать артериальное давление.

Женьшень — многолетнее травянистое реликтовое растение, произраставшее еще в неогене и палеогене, свыше миллиона лет назад, но к настоящему времени сохранившееся лишь в глухой горной тайге. Стебель одиночный, неветвящийся, дудчатый. Количество листьев зависит от возраста растения. Листья располагаются мутовкой, пятипальчатосложные, с листочками неравной длины: два нижних листочка короче. Цветки мелкие, зеленоватые, с тонким ароматом, собраны в верхушечное соцветие простой зонтик. Цветки малозаметны, но ярко-красные плоды хорошо выделяются на фоне окружающей зелени. Костянки сочные, чуть сплюснутые с боков, имеют по две косточки. Плоды созревают в августе, тогда же начинается основной заготовительный сезон. Размножается растение исключительно семенами, прорастающими через 20—22 месяца. Встречается в тайге одиночно или небольшими группами, причем вокруг одного взрослого растения можно видеть несколько молодых. При повреждении верхушечной почки растение способно впадать в спячку, длящуюся иногда по нескольку десятков лет. Встречается очень редко в Уссурийской тайге, на северо-востоке Китая и Кореи. В этих странах запасов дикорастущего женьшеня практически нет. Ежегодный сбор дикорастущих корней здесь не превышает 3—4 кг. Растение введено в культуру. Впервые это произошло в Корее около 1000 лет назад. В окрестностях города Кэсона есть плантация, которой более шести веков. В Китае женьшень возделывали с XVII в., в Японии — с XIX в., в США — с середины XIX в. В России первая плантация была заложена в 1910 г. Корея до сих пор является основным поставщиком культурного женьшеня на мировой рынок.

Изучением химического состава растения занимались ученые разных стран, но до сих пор здесь остается много неясного. Из корней женьшеня выделены тритерпеновые гликозиды, названные панаксозидами. Относят их к сапонинам. Кроме того, найдены эфирные и жирные масла, витамины, микроэлементы, полисахариды и другие вещества. Предположительно, действие оказывает весь комплекс веществ, содержащихся в корне.





Травка зверобойная — от девяноста девяти недугов, семи братьев-богатырей верная подруга.
Как без муки не испечешь хлеба, так без зверобоя не вылечишь человека.

Народные поговорки



веробой продырявленный (зверобой обыкновенный, перфорированный, Ивановская трава, Иванова кровь, кровавник, семибратная кровь, хворобой) — *Hypericum perforatum* L. Сем. Зверобойные — Hypericaceae

Родовое название *Hypericum* образовано от двух греческих слов: «hypo» — под и «ereike» — вереск; получается «растущий под вереском» либо «похожий на вереск». Название *perforatum* — перфорированный или продырявленный — растение получило из-за мелких прозрачных вместилищ, рассеянных по всей пластинке листа.

Народное название «Ивановская трава» связано с тем, что зверобой начинает цвести в Иванов день, а название «Иванова кровь» — с легендой о смерти Иоанна Крестителя.

Царь Галилеи Ирод заключил Иоанна Крестителя в темницу за то, что Иоанн обличил Ирода в прелюбодеянии и сказал, что он не должен был жениться на Иродиаде — жене своего брата. Иродиада возненавидела Крестителя и, втайне желая его погубить, всячески настраивала Ирода против пророка. Ирод же боялся Иоанна, считая его святым и прислушиваясь к его проповедям, но в то же время страшился народного гнева, если с Иоанном случится что-то недоброе. Однако Иродиада сумела выждать момент. По случаю своего дня рождения Ирод давал пир приближенным. Коронным номером программы была пляска дочери Иродиады — красавицы

Саломеи. Растроганный и восхищенный царь Ирод сказал девице, что исполнит любое ее желание. Саломея, посоветовавшись с матерью, попросила голову Иоанна Крестителя. Царю не понравилась эта просьба, но слово было дано при таком количестве свидетелей, что отступить было невозможно. И вынужден был Ирод послать оруженосца с приказанием принести голову Крестителя на блюде, что и было исполнено. Но пока палач нес на блюде голову пророка во дворец, на землю упало несколько капель крови и на том месте выросла трава, впитавшая кровь Иоанна. Это трава зверобоя. Листья и лепестки венчика зверобоя содержат ярко-красный пигмент, похожий на кровь.

Наиболее известное название — зверобой — произошло, по одним предположениям, от казахского «джерабай», обозначающего «целитель ран», по другим — из-за способности зверобоя вызывать заболевание овец. Причем заболевали не все животные, в корм которых попал зверобой, а только белые либо пестрые и только в яркий солнечный день. На голове у таких животных образуются припухлости, разрастающиеся в язвы, появляется сильнейший зуд. При сильном отравлении животное может даже погибнуть. Но стоит заболевшей овце перейти в тень, через некоторое время все болезненные явления исчезают. Оказывается, некоторые вещества — гиперицин и другие конденсированные антраценпроизводные гликозиды — повышают чувствительность кожи к ультрафиолетовым лучам.

В старину зверобой считался волшебным растением. В сельской местности, набивая детям матрацы, к соломе обязательно добавляли богородскую траву, чтобы ребенку снились сладкие сны, и зверобой, чтобы запах этого растения ограждал ребенка от испуга во сне. А взрослые парни и девушки гадали на стеблях зверобоя. Скрутят его в руках и смотрят, какой сок появится: если красный, значит любит, если бесцветный — не любит. Старики считали, что зверобой отгоняет злых духов, болезни и предохраняет человека от нападения диких зверей.

Зверобой считался лекарственным растением еще в Древней Греции и Риме. О нем писали Гиппократ, Диоскорид и Плиний Старший. Авиценна сообщает: «Если его пить сорок дней подряд, оно излечит воспаление седалищного нерва. Его семя, принятое внутрь, прекращает четырехдневную лихорадку».

В старинном рецепте читаем: «Зверобой — молодецкая кровь-трава, крепкий настой употребляют в виде примочек от ушибов, ссадин, наружных нарывов и поражений. Настой той же травы в количестве 4—8 золотников на штоф воды, принимаемый по рюмке в день лучше всего натощак, употребляют против хронических катаров, от грудной боли, удушья, кашля, ломоты, а также для укрепления желудка».

М. А. Носаль писал: «...Это растение самое главное лекарственное растение из всех нам известных. В нашей флоре, я считаю, нет растения в этом смысле подобного зверобою». В народе его называют травой от 99 болезней и практически не было сбора, в кото-

рый не включали бы зверобой в качестве основного или вспомогательного лекарственного средства.

Современная научная медицина тоже широко применяет зверобой в виде водных, спиртовых или масляных извлечений. Используют их в качестве вяжущих, дезинфицирующих, противовоспалительных и стимулирующих регенерацию тканей средств, внутрь — при заболеваниях желудочно-кишечного тракта. Зверобойное масло применяют для лечения длительно незаживающих ран, язв, пролежней и в стоматологии. Настой зверобоя готовится из расчета 1,5 столовые ложки травы на стакан воды. Принимают по $^1/_3$ стакана 3 раза в день за полчаса до еды. Этот же настой употребляют для полоскания полости рта.

Зверобой обыкновенный — травянистый многолетник с несколькими двугранными стеблями высотой до 40 см. Стебель ветвится, листья расположены супротивно, довольно мелкие, сидячие, голые. По всей поверхности они усеяны прозрачными вместилищами, а по краю — с красно-фиолетовым пигментом. Цветки крупные, желто-оранжевые, пятичленные, собраны в густое щитковидное соцветие. Зацветает зверобой впервые на 3—4-м году жизни. К осени листья и стебли приобретают красную окраску. Плоды — коробочки ржавого цвета. Растение имеет приятный бальзамический аромат и горьковатый вкус, сохраняющийся при высушивании. Растет на лугах, опушках и лесных полянах, на вырубках и по молодым лесным посадкам. Заросли образует редко, чаще встречается группами, состоящими из нескольких растений. Ввиду широкой популярности подвергается массовому сбору и вблизи населенных пунктов практически исчез.

Трава зверобоя содержит гликозиды (гиперицин, гиперозид, рутин, кверцетин), эфирное масло, дубильные вещества, каротин, следы алкалоидов.

В пищевой и легкой промышленности зверобой используют в качестве красного красителя и ароматического средства. Может служить заменителем чая.





Золототысячника вид большой существует и малый,
...Но так как с видом большим лишь немногие люди
знакомы,
Мимо него я пройду и о малом поведаю виде —
Виде, который, считают, в народе повсюду известен.

Одо из Мена



олототысячник малый (золототысячник зонтичный, турецкая гвоздика, травянка, тирлыч-трава) — *Centaurium erythraea* Rafn. *(C. minus* Moench., *S. umbellatum* Gilib.) Сем. Горечавковые — Gentianaceae

Родовое название *Centaurium* произошло от двух латинских слов: centum (сто) и aurum (золото) — и указывает на ценность растения.

В средние века большое распространение получила легенда о чудесном исцелении одного богатого человека. Этот человек долго страдал от тяжелого недуга и даже врачи потеряли надежду облегчить его страдания. В отчаянии богач дал обет в случае исцеления пожертвовать сто золотых в пользу бедных. Во сне к нему явился ангел и сказал: «Ты исцелишься, если будешь принимать траву, которую я принес, но не забудь своего обета» — и исчез, оставив больному пучок травы. Больной отдал бедным сто золотых, а сам стал лечиться оставленной ему травой и скоро выздоровел. С тех пор за растением укрепилось название *Centaurium*.

А еще это растение носит название кентаврский золототысячник. По преданию, кентавр Хирон, мудрец и воспитатель многих героев, живший на горе Пелион, лечил соком золототысячника некоторые болезни. Отсюда народные названия этого растения — центаврия, центурка, цвинтарей.

В русской мифологии тирлыч-трава — одна из девяти волшебных трав. Она вместе с аконитом, красавкой, беленой, дурманом, чемерицей была непременной составной частью волшебной мази, с помощью которой любая ведьма могла «слетать на Лысую гору, опуститься в загробное царство, перевоплотиться в любую тварь». Иногда ее еще называли «колдунова трава» или «ведьмино зелье».

В «Князе Серебряном» А. К. Толстого читаем: «...Есть тирлич-трава, на Лысой горе под Киевом растет. Кто ее носит на себе, на того век царского гнева не будет...» Кроме того, считалась тирлич-трава верным средством против нечистой силы. В «Лесной песне» Леси Украинки Леший говорит: «Сам дядя Лев в лачужке жить намерен, а он — наш друг. И только в шутку нас Осиною да тирличом пугает».

О медицинском применении золототысячника сообщают Гиппократ, Теофраст, Диоскорид. Авиценна пишет: «Сухой золототысячник входит в состав пластырей и заживляет свищи, глубокие язвы и злокачественные раны. ...Говорят, что если варить его с мясом, разрезанным на куски, он их соединяет».

Одо из Мена подчеркивает то же свойство растения:

Склеивать свежие раны ему хорошо помогает,
А к застарелым приложен, — способствует их рубцеванью...

Интересен способ приготовления сока — основного лекарственного средства из золототысячника — в средние века:

Сок из него выжимают обычно порою осенней,
Высушив после, его помещают на солнце палящем.

В народной медицине его используют внутрь как возбуждающее аппетит, противомалярийное и противоглистное средство, наружно — как антисептическое и ранозаживляющее средство.

В научной медицине препараты золототысячника применяют как горечь для возбуждения аппетита и улучшения деятельности органов пищеварения. Для приготовления настоя две столовые ложки измельченной травы, собранной вместе с прикорневой розеткой листьев, заливают стаканом воды, настаивают на кипящей водяной бане 15 мин, охлаждают 45 мин и принимают по $^1/_2$ стакана перед едой. Применяют при гастритах с пониженной кислотностью. Входит в состав сборов, употребляемых при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки, болезнях печени. Берут корневище аира, траву золототысячника малого и горькой полыни, листья вахты трехлистной, кожуру апельсина — все по 20 г. Отвар принимают по $^1/_2$—$^1/_3$ стакана 3 раза в день при ахилическом гастрите.

Золототысячник малый — небольшое (до 20—40 см) однолетнее растение со слаборазвитым корнем, розеткой прикорневых листьев и четырехгранным стеблем, разветвленным только в верхней части. Листья мелкие, супротивные, форма их эллиптическая. Цветки ярко-розовые, мелкие, красивые, правильные, собраны в щиток. Цветет в июне — августе. После отрастания отавы на лугах возможно повторное цветение в августе — сентябре. Встречается в лесостепной

и степной зонах европейской части СССР, в Молдавии, Крыму, на Алтае, на лугах, по берегам водоемов, болот, на горных склонах. Допускается к заготовке золототысячник красивый — *C. pulchellum* Druce. Он отличается меньшими размерами (редко выше 15 см), отсутствием розетки прикорневых листьев, стеблями, вильчато ветвящимися от основания.

В траве золототысячника найдены алкалоиды (главные из них — генцианин), тритерпеновые гликозиды, витамины, эфирное масло, флавоноиды, аскорбиновая и олеаноловая кислоты.

В старину золототысячник использовали при варке пива для придания ему горечи.





Я лопухи любила и крапиву,
Но больше всех серебряную иву.
И, благодарная, она жила
Со мной всю жизнь плакучими ветвями,
Бессонницу овеивала снами.

А. Ахматова



Ива (ветла, верба, ракита и др.) — виды рода *Salix* L.
Сем. Ивовые — Salicaceae

Русское название «ива» — общее для славянских языков, оно имеет соответствующие наименования в германских и прибалтийских языках, которыми обозначаются разные растения с одинаковым красноватым оттенком коры.

В Греции ива была посвящена богине привидений и колдовства Гекате, а также царице богов, могучей Гере. Плакучие формы ивы были символом печали и горя.

В Египте в погребальных кострах вместе с дубом и орешником сжигалась также ива, что символизировало власть, мудрость и очарование умершего. В христианской религии праздник Вербного воскресения — один из важнейших в календаре. Он относился к числу 12 самых значительных праздников православной церкви, приходится на воскресенье, предшествующее Пасхе, и посвящается событию евангелической истории — въезду Христа в Иерусалим. Жители столицы приветствовали Христа, бросая ему под ноги пальмовые ветви. На Руси праздник позже получил название Вербного воскресения, потому что здесь роль пальмовых листьев выполняла распускающаяся к этому времени верба. Кроме того, существовало поверье, что верба обладает магическими свойствами: охраняет от злых духов, бед и несчастных случаев. Поэтому освященные ее ветки хранили в домах, а иногда даже ее сережки съедали вместе с кашей.

О медицинском применении ив известно с глубокой древности. Диоскорид писал о «сгущающей силе» их коры, листьев, семян и сока. Авиценна рекомендовал применять сок ивы для рассасывания вздутий в любом месте.

В средние века отварами из различных частей ивы лечили желудок, раны, сводили бородавки, мозоли, использовали для ращения волос.

Ива и все ее части своей иссушающей силой
Всюду известны; она, говорят, и умеренно вяжет.
Рану кровавую склеить ее в состоянии листья;
Если их выпить с водой, то зачатью мешают у женщин;
Пепел их жженой коры в сочетании с уксусом крепким
С ног изгоняет мозоли, наложенный иль умащеньем;
Тем же путем очищает он также еще бородавки.

Одо из Мена

В народной медицине использовалась в качестве жаропонижающего средства и как противолихорадочное при малярии. В виде полосканий применялась при воспалениях слизистых оболочек рта и верхних дыхательных путей. В азербайджанской народной медицине мужские сережки ивы козьей употреблялись для лечения сердечных заболеваний. Молодые побеги всех ив содержат большое количество витамина С и потому использовались при лечении цинги.

В научной медицине благодаря наличию дубильных веществ и гликозида салицина препараты коры назначались при лечении ревматизма, в качестве жаропонижающего при тифе и туберкулезе. В книге А. Д. Туровой «Лекарственные растения СССР и их применение» приводится следующий рецепт: взять цветков липы, плодов малины, листьев мать-и-мачехи, коры ивы, плодов аниса поровну по 10 г. Одну столовую ложку смеси заварить двумя стаканами кипятка и кипятить 10 мин. Пить горячим как потогонный чай. Порошок и отвар применялись как вяжущие, глистогонные и кровоостанавливающие средства. В последние годы в связи с появлением высокоэффективных групп антибиотиков и сульфаниламидов препараты коры ивы в научной медицине не применяются. Однако недавно сотрудники Алма-Атинского медицинского института предложили отваром ивовой коры обеззараживать руки хирургов перед операцией. Обсыхающий на руках отвар заменяет стерильные перчатки и оказывает бактерицидное действие на раны.

У нас встречается 117 видов ив, среди них деревья и кустарники. Большинство из них влаголюбивые растения, растут по берегам рек и водоемов, выносливы к затоплению. «Ивяне кустовье с яроводьем не в спорьи», — говорят в народе. И вообще иве повезло в фольклоре. Исключительная живучесть и способность к вегетативному размножению подчеркивается: «Ветла, что луговая трава: ее выкосили, а она снова выросла»; «Приживчивое дерево ива: из тычка растет». Ивы — раноцветущие растения и прекрасные медоносы. И опять народ примечает: «Увидел на вербе пушок, и весна под шесток».

Цветки мелкие, однополые, лишенные околоцветника, собраны в цилиндрические толстые сережки.

Древесина очень гибкая, поэтому незаменима для гнутых изделий, в частности мебели. Уже у Плиния есть описание плетеных кресел из ив. У классических героев древности Филемона и Бавкиды ложе было сплетено из ивовых прутьев. Из них плели также кафедры для выступающих ораторов, короба для хранения продуктов, красивые сандалии. Кора ивы содержит до 11 % таннидов и поэтому является ценным дубильным материалом. Еще в 90-х годах прошлого столетия потребление ивовой коры для получения особо ценного сорта кожи — юфти — ежегодно доходило до 300 000 т. Для получения коры 2—6-летние стволы и ветви ив обычно срезают в феврале и до весны засыпают землею. Весной их кладут в воду, после чего кора легко отделяется. Благодаря исключительной гибкости ивовые прутья находили еще одно применение, о чем образно сказано в присказке: «Верба бела, бьет за дело, не я бью, верба наказывает».





Красный куст калины
Я в лесу увидел,
Вспомнил поговорку
И спросил калину:
Правда ли хвалила
Ты себя, признайся,
Что сладка ты с медом,
Горькая хвастунья?...
...Красный куст калины
Мне ответил горько:
Люди всё наврали —
Поговорки ради.
Вот синица в холод
Поклюет немного
Бус моих промерзлых
В зимнюю невзгоду.
И за то спасибо —
Все-таки полезна!

П. Елфимов



Калина обыкновенная — *Viburnum opulus* L.
Сем. Жимолостные — Caprifoliaceae

Родовое название произошло от латинского слова viere — плести и дано калине в связи с тем, что молодые ее ветки использовались для плетения корзин. Русское название «калина» — древнеславянское слово, обозначающее, по одной версии, кустарник, растущий на болоте, по другой — указывающее на ярко-красный, как бы раскаленный цвет плодов.

У многих славянских народов калина считалась символом девичьей красоты, любви и счастья. Красный цвет, любимый у всех славян, всегда символизировал девичью красоту. На Украине существует такое предание. Давно когда-то плыли через море брат с сестрой. Он доплыл до берега, а у нее не хватило сил. Умирая, она просит брата: «Не пей, братец, из этого моря воды, не лови рыбы, не коси по берегам травы, не рви яблок, не ломай калину. Вода в море — то кровь моя, рыба — тело мое, трава — косы, яблоки — лицо, а калина — краса моя».

Посвятил калине стихотворение Т. Г. Шевченко:

Зацвела в долине
Красная калина,
Будто рассмеялась
Юная дивчина.
Любо, любо стало,
Пташка встрепенулась

И защебетала.
Проснулась дивчина
И, свитку накинув,
Из беленькой хаты
По травам несмятым
Спешит на долину.
Из рощи зеленой
Выходит, встречая,
Казак чернобровый,
Целует, ласкает.
Идут по долине,
Идут, напевают,
Как деточек двое.
Пришли к той калине,
И заулыбались,
И поцеловались.
Какого мы рая
Еще ожидаем?

Считалась она также «свадебным деревом» и была непременной участницей свадебного обряда. Букетами калины украшали стволы, свадебные караваи, девичьи венки, блюда с угощениями. Известен обычай калинку ломать: на столе у молодых ставился целый окорок и штоф вина, заткнутый пучком калины с алой лентой. В какой-то момент свадьбы молодые поднимаются и идут потчевать гостей, затем родных невесты и всех остальных родичей. Возвратясь, дружка разрезает окорок и, расщипав калину, разносит вино. Невеста перед свадьбой дарила жениху полотенце, расшитое листьями и ягодами калины.

Растет калина «в лесу над водою», что придает ее образу оттенок печали, робости и даже незащищенности. Поэтому в большинстве народных преданий ее образ связывают с трагическими событиями. В одной из украинских легенд калина — это возлюбленная молодого казака, которая не смогла соединиться с любимым и стала калиной.

Рассказана эта легенда в поэме Леси Украинки:

Казак умирает, а девушка плачет:
«Ты возьми меня в могилу, она горе спрячет».

Но казак отвечает, что, если подруга его действительно любит, пусть будет калиной на его могиле. Девушка удивлена: разве любимому будет лучше, если она в горьком своем горе будет ярко алеть на могиле:

Ой, и мать не станет так тужить о сыне
Как ты, моя калиночка, в девичьей кручине.

И еще не заросла могила травою, как девушка стала калиной на могиле. Удивляясь, люди спрашивают:

«Чья это могила...
Что над нею цвет калины и мороз не студит?»

Косточка плода своей формой напоминает сердце, поэтому в народе рубиновые плоды калины стали символом мужества людей, которые отдали свою жизнь в борьбе с врагами. Рассказывают, что это сердца девушек, которые заводили отряды татаро-монголов в

непроходимые дебри для спасения своих близких. Из крови их, погибших от вражеских сабель, выросли кусты калины. Поэтому ягоды калины красны, как кровь, и напоминают всем об их великом подвиге во имя народа.

В народной песне наряду с рябиной и малиной это любимый образ.

Как и я ли, молода,
За калиною пошла,
Я все спелую рвала,
А зелену не брала.
  Ай калина, ай малина
  Ай черемуха моя!
Зеленую не брала,
Стала жизнь мне не мила,
Как отдали молоду
За седую бороду.
  Ай калина, ай малина,
  Ай черемуха моя!

С калиной связывали сельскохозяйственный календарь: «Ячмень сеют, пока калина цветет», «Дождь на Акулину (7 апреля) — хороша будет калина, коль плоха яровина». Ее использовали в загадках:

Среди леса огонь горит — загадывали в Белоруссии.
Стоит петух над водой с красной бородой — на Украине.
Над водой, над водой стоит красный с бородой — в России.

Калина — старинное лекарственное растение. Использовались все его части: плоды — в качестве потогонного средства при простудных заболеваниях, лихорадке, кашле, язвенной болезни, повышенном кровяном давлении, сок свежих плодов — при выведении угрей на лице, настой цветков калины — при кожных заболеваниях, ангинах, отвар из косточек — при нарушениях пищеварения, сопровождающихся запорами.

В научной медицине кору калины применяют в качестве кровоостанавливающего средства при маточных кровотечениях. Ягоды калины используют как витаминное, общеукрепляющее и легкое мочегонное средство. В плодах калины витамина С в 2 раза больше, чем в лимоне и мандарине, а по содержанию железа она превосходит их в 5—10 раз. Для приготовления отвара коры одну чайную ложку ее измельчают, заливают стаканом воды и кипятят 30 мин, процеживают и принимают по одной столовой ложке 3—4 раза в день.

Из плодов калины настой готовят следующим образом: плоды растирают в сту́пке, заливают кипятком из расчета 1—2 столовые ложки ягод на стакан кипятка, настаивают 4 ч и принимают по 3—4 стакана настоя в течение дня.

Калина обыкновенная — средней высоты кустарник. Ветки покрыты гладкой светло-серой корой. Листья 3—5-лопастные, расположены супротивно, с нижней стороны опушены. Цветки белые, собраны в соцветие — щиток. Краевые цветки более крупные, снежно-белые, но бесплодные. Они зацветают на 4—5 дней раньше срединных и выполняют чисто декоративную роль — привлекают насе-

комых-опылителей. Срединные цветки обоеполые, размеры их скромнее и окраска желтовато-белая. Цветение калины продолжается примерно до середины июня, когда устанавливается жаркая погода. Красива цветущая калина, но рубиновые гроздья созревающих плодов придают калине особую привлекательность. Плоды — шаровидные блестящие костянки с одной плоской косточкой внутри. Вкус плодов сладковато-горький, улучшающийся после первых заморозков. В народе несколько иронично оценивали вкус калиновых плодов: «Хвалилась калина, что с медом хороша», «Не бывать калине малиною». В запеченных же плодах горечь почти полностью исчезает. Из плодов калины готовят пастилу, мармелад, компоты, протирают с сахаром, используют в качестве начинки к пирогам. В средней полосе России издавна пекли пироги — калинники: протертые плоды калины укладывали между листьями капусты и запекали. Пирог этот имел вид черной лепешки и запах, слегка напоминающий запах валерианы.

Кора калины содержит гликозид вибурнин, дубильные вещества, смолы, органические кислоты, стероиды. В плодах калины имеются витамины, сахара, дубильные вещества, микроэлементы, в косточках — 21 % жирного масла. Используется калина и для технических целей. Из плодов получают яркий пищевой краситель, из коры — краситель для шерсти. Твердая древесина калины использовалась для изготовления мелких столярных изделий. Калина — прекрасный медонос и незаменима в декоративном садоводстве. Отличается быстротой роста, морозостойка, переносит затенение и загрязнение воздуха. Выведены декоративные и высоковитаминные сорта — «Таежные рубины», «Зарница» и др.





Туман сползает с гор, течет по балкам в город,
Безлиствен серый лес, как вставший дыбом хворост,
Но желтым сквозь туман чуть светятся кусты —
Зацвел лесной кизил, невзрачные цветы.
Вдруг снег как закружит на каменной гряде,
Сечет как наждаком, не спрятаться нигде,
Он завязь миндаля, цвет персика скосил...
Освистанный, один стоит, цветет кизил.
В цвету лесной кизил, в цвету кизил садовый,
Хоть белый свет не мил, живет для жизни новой.
Останутся следы близ каменной гряды:
Мятежные, как кровь, и терпкие плоды.

Н. Тарасенко



Кизил обыкновенный (кизил красный, шайтанова ягода) — *Cornus mas* L.
Сем. Кизиловые — Cornaceae

Свое родовое название кизил получил за древесину, по твердости напоминающую рог (по латыни cornus — рог).

Название «кизил», происходящее от тюркского слова, обозначающего «красный», растение получило, по-видимому, из-за ярко-красных плодов.

По одной из крымских легенд кизил назван шайтановым, или чертовым, деревом. А дело было так. Когда Аллах стал одарять людей растениями, черт выпросил себе кизил: он увидел, что кизил цветет раньше всех, а значит, по его, черта, рассуждению, и плоды от него можно получить раньше других. Но черт просчитался. Уже давно созрели яблоки, груши, сливы, а кизиловые плоды висели зелеными, кислыми и терпкими. Что ни делал шайтан, ничего не помогало — кизил никак не торопился созревать. Плюнул он с досады и отказался от обманувшего его дерева. Подошла осень, ягоды кизила стали сочными, ярко-красными, блестящими, люди пришли в лес и набрали полные корзины вкусных ягод, посмеявшись заодно над незадачливым шайтаном, и дали кизилу его имя, назвав куст шайтановой ягодой.

В Древнем Риме о происхождении кизила существовала другая легенда. Когда Ромул, основатель Рима, очертил копьем границы вечного города, он с силой воткнул копье в землю на Палатинской

возвышенности, и оно тотчас же превратилось в цветущее кизиловое дерево.

Лекарственные свойства кизила известны с древности. Гиппократ отвар кизиловых листьев рекомендовал применять при заболеваниях желудка. Авиценна пишет, будто кизил «...так сильно связывает, что плоды его иногда заживляют даже глубокие раны». Квинт Серен Самоник в сочинении «О лечении головы» рекомендует при головной боли накладывать на голову гирлянду из кизиловых веток. Как лекарственное его пытались выращивать в Подмосковье при царе Алексее Михайловиче. Особенно популярен кизил среди населения Крыма и Кавказа. В конце XIX в. В. Х. Кондараки пишет: «Туземцы Крыма считают кизиловый плод чрезвычайно полезным при всякого рода болезнях, если его употреблять в виде отвара. В этих убеждениях они рассказывают, что все знаменитые медики древних времен, заезжая в Тавриду, не оставались в ней потому, что видели множество кизила как самого лучшего врача против всех болезней, свойственных человеческому организму». Отваром из листьев лечили кишечные заболевания, отвар сухих плодов считался противолихорадочным средством.

На Кавказе из плодов кизила готовят противоцинготный лаваш. В них витамина С столько же, сколько в черной смородине. Для изготовления лаваша зрелые плоды протирают в жидкую кашицу, выливают тонким слоем на ровную поверхность, затем высушивают на солнце. Подсушенные кизиловые пласты сворачивают в трубки и используют в качестве приправы к различным блюдам. В годы первой мировой войны кизиловый лаваш помог ликвидировать цингу, вспыхнувшую на Кавказском фронте среди русских солдат из-за плохого снабжения. С той же целью использовался он и в Великую Отечественную войну. В гомеопатии используют эссенцию из свежей коры кизила.

Кизил красный — высокий кустарник либо деревце с ветвями, покрытыми серой корой. Листья эллиптические, расположены парами. Цветет очень рано, обычно в феврале, прекрасный медонос. Цветки правильные, четырехчленные, с желтым венчиком, душистые, расположены простыми зонтиками и имеют обвертку из четырех листочков. Плоды — костянки, созревающие в августе — сентябре, ярко-красные, сочные, различной формы. Встречаются крупноплодные сорта с размерами плодов до 3 см. Распространен на Карпатах, в Крыму и на Кавказе в лесах нижнего и среднего горного пояса. Долговечен, нетребователен к почве, засухоустойчив. Плоды содержат до 10 % сахаров, органические кислоты, витамин С. Плоды в больших количествах заготавливаются местным населением для изготовления компотов, варенья, пастилы, напитков. Еще Овидий в своей поэме «Золотой век» (43 г. н. э.) описал церемонию приготовления кизилового варенья. Очень плотная мелкослойная древесина издавна использовалась для столярных изделий.

В Древней Греции и Риме кизил использовали для изготовления оружия. Кизиловой стрелой вооружил Гомер своего Одиссея. Рукоятки мечей, копий изготовлялись из кизиловой древесины. Позже

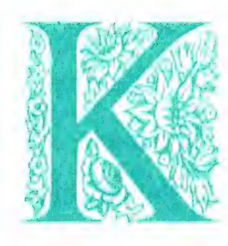
из кизиловой древесины делали детали деревянных часов, челноки для ткацких станков, палки, трости, музыкальные инструменты. Ценилась красивая древесина и при изготовлении инкрустированной мебели. Кору и листья использовали для дубления кож, причем кожа получалась красивого желтовато-серого цвета. Имеются многочисленные выведенные человеком сорта: испанский, царьградский, грушевидный, султанский. Из косточек кизила можно получать техническое масло и суррогат кофе.





Куда ты подевался гном?
Тебя ли растоптала Флора?
Она предстанет пред судом
Отца ее суровым.
Но Флора разогнала тень,
Теплом луча взрастила
Цветок изящный копытень
И грех ее простил он.

А. Бузни



Копытень европейский (скипидарник, подорешник, рвотный корень, дикий перец и др.) — *Asarum europaeum* L.
Сем. Кирказоновые — Aristolochiaceae

Латинское родовое название *Asarum* происходит от греческого «aseros», что означает «чувствующий отвращение», и связано с тем, что вдыхание порошка растения вызывает тошноту и рвоту.

Авиценне это растение также известно под названием асарун, он говорит, что это «трава, которую доставляют из Китая».

Название копытень принято во многих европейских странах и связано с формой листа растения, в очертании напоминающем копытце. Кроме того, существует трогательная легенда, объясняющая это название. В тенистом еловом лесу под пеньком среди зеленого мха жил маленький добрый гном. У него в домике постоянно горел светильник из крошечных трехзубчатых фонариков. Самым заветным желанием гномика было жить с людьми и служить им. Казалось, что осуществление его мечты совсем близко, но случилось непредвиденное. Богиня Флора, осматривая свои владения, проезжала на диком олене Золотое копытце рядом с тем местом, где проживал добрый гномик. Он осмелился обратиться к богине со своей просьбой. Богиня выслушала его внимательно и только хотела ответить, как Золотое копытце, испугавшись чего-то, отскочил в сторону и не-

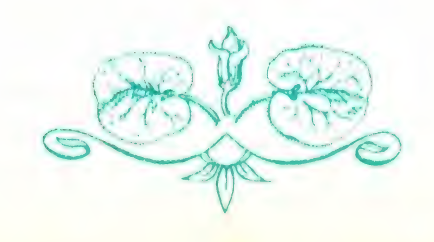
чаянно наступил на маленького лесного человечка. На месте, где только что стоял гномик, оказалось лишь белое пятно. Остались только светильник и подставка, вдавленная в землю. Богиня опечалилась, но вот ослепительный луч солнца, пробившись сквозь лесной полог, осветил место гибели гномика. Белое пятно сделалось вдруг темно-зеленым блестящим листом, по форме напоминающим копытце. Соки листа потекли в землю, оживили тоненькие ножки гномика и стали корнями растения. Живительные соки листа и корешков проникли в светильник и превратили его в трехзубчатый цветок, в котором поселилась душа маленького лесного человечка. И заветное желание гномика все-таки исполнилось: он стал служить человеку в качестве лекарственного растения.

О лекарственном применении копытня европейского говорит Авиценна: «Корни — самое полезное, что в нем есть. Сила его та же, что у аира, но сильней. ...Асарун открывает закупорки и успокаивает все внутренние боли, особенно его настой... В части очищения желудка он подобен чемерице». В европейской медицине с незапамятных времен его применяли для лечения глазных и носоглоточных заболеваний, а также в качестве противоядия при отравлениях: корень толкли в порошок и вдыхали как нюхательный табак. Запах его вызывал рвоту.

В научной медицине корни употреблялись как рвотное, отхаркивающее средство, при лечении радикулита. В настоящее время не применяется.

Копытень европейский — травянистый многолетник с разветвленным корневищем, густо пронизывающим верхние слои почвы. Листья зимующие, темно-зеленые, блестящие. Форма их почковидная, напоминающая отпечаток копыта. Все растение покрыто короткими волосками. Цветки одиночные, расположены на конце приподнимающихся побегов у основания листьев и лежат на земле. Ботаники считают, что опыляется копытень муравьями. Околоцветник простой, зеленовато-пурпурный, состоит из трех сросшихся между собой долей. Запах имеет перечный, что послужило основанием для названий «скипидарник», «дикий перец». Плод — шестигнездная коробочка. Цветет в мае, плоды созревают в июне.

Во всех частях растения содержится эфирное масло, в состав которого входит ядовитое летучее вещество азарон, гликозиды, алкалоиды, дубильные вещества. Ядовито! Применяется в ветеринарной практике как рвотное и слабительное средство.





Говорят, что кофе,
Что чернее ночи,
Горячее солнца,
Слаще, чем любовь.
Даже путь к Голгофе
Облегчает втрое,
Прибавляя силы,
Возбуждая кровь.

А. Бузни



Кофейное дерево — *Coffea arabica* L. Сем. Мареновые — Rubiaceae

Ученые расходятся во мнении относительно происхождения слова «кофе». Одни считают, что оно образовалось от арабского слова «кауа» — «не иметь аппетита», другие — от слова «кауэ» — «сила, энергия». По утверждению британского ученого, жившего в XVIII в., слово «кофе» произошло от названия арабского города Каффа. И наконец, есть предположение, что чудесному напитку дали название «кава» в честь персидского владыки Кавуса Кая, вознесшегося на небо на крылатой колеснице.

Изготовление напитка кофе относится предположительно к IX—XII вв., но если принять во внимание легенду о том, что архангел Гавриил лечил этим напитком заболевшего пророка Магомета, то дата изобретения кофе отодвигается к VII в. — времени жизни основателя ислама.

Об открытии возбуждающего действия кофейного дерева существует такое предание. В Эфиопии один пастух обратил внимание на странное поведение своих коз. Днем они поедали какие-то красноватые плоды с кустов, а ночью не хотели спать и приходили в очень возбужденное состояние.

Пастух рассказал об этом настоятелю монастыря. Монах набрал плодов, на которые указал пастух, вскипятил их и, попробовав приготовленный напиток, ощутил прилив бодрости. В дальнейшем настоятель давал монахам напиток, чтобы они не засыпали во время ночных богослужений.

С абиссинских нагорий кофейные деревья перекочевали на западное побережье Красного моря, а затем на Аравийский полуостров. Быстро завоевав популярность среди арабов, кофе получило название «вино ислама» и повсюду разносилось паломниками. В Турции и Иране он вскоре стал национальным напитком. «Плодами вечной бодрости» назвали кофе арабы.

В Европе впервые узнали о кофе в 1591 г., когда итальянский врач Альпинус, побывавший с посольством в Египте, привез первые сведения о нем. «В одном из египетских садов, — рассказывал он, — видел я дерево, приносящее семена, всем здесь известные и распространенные: из них арабы и египтяне приготовляют любимый свой напиток, который все пьют вместо вина, ... а называют его кофе. Семена его привозят из счастливой Аравии. Деревце похоже на бересклет, но только листья толще, жестче и вечно зелены».

В Европе первая кофейня была открыта в Лондоне в 1652 г., затем они появились во Франции и других странах.

Лучший кофе из всей Аравии доставлялся в порт Мока, а оттуда развозился по всему миру. В XVII в. голландцами были заложены плантации кофе на островах Батавия и Ява и почти сто лет Голландия была монополистом по производству популярных зерен. Но в 1723 г. французам с большими трудностями удалось на острове Мартиника основать собственные плантации. А родоначальником всех растений на этих плантациях было одно-единственное деревце, присланное в подарок французскому королю Людовику XIV из Амстердама.

Вначале кофе был редким напитком, считался роскошью, а также лекарственным средством. По словам Монтескье, оно «придавало ума тем, кто его вкушает».

Но в XIX в. потребление кофе в Европе стало массовым. Многие великие люди были большими любителями кофе. Известно, что Бальзак не мог работать без кофе. Бах посвятил кофе одну из своих кантат.

В настоящее время крупнейшим поставщиком кофе на мировом рынке является Бразилия. Почти половина обрабатываемой земли этой страны занята под кофейные плантации. В Бразилии кофе подается бесплатно в ресторанах, предлагается на остановках пассажирам автобусов, в любое время подается служащим в учреждениях. В буфете Национального конгресса Бразилии во время обсуждения вопроса о внесении поправок в Конституцию страны за три дня было выпито более 30 тыс. чашечек кофе. В 1931 г. Бразилия продала за границу 17 млн. 811 тыс. мешков кофе. Великая депрессия 1929 г. застала Бразилию в условиях перепроизводства кофе. Излишки его сжигали в топках паровозов, топили в море и, наконец, научились делать из него пластмассу. В настоящее время крупнейшими производителями кофе являются также Сальвадор, Гватемала, Коста-Рика, Никарагуа.

Как лекарственное средство отвар из сырых зерен кофейного дерева применялся при отравлениях, коликах, подагре, женских болезнях, перемежающейся лихорадке, для укрепления желудка и др.

В настоящее время отвар кофейных зерен употребляют главным образом в качестве тонизирующего и повышающего кровяное давление средства, а также при отравлениях в качестве доврачебной помощи. В последние годы все больше врачей склоняется к тому, что кофе вредно влияет на сердечно-сосудистую систему, деятельность желудка и оказывает канцерогенное воздействие.

Однако популярность его не убывает. В Финляндии на каждого жителя страны приходится по 13 кг кофе в год, в Швеции — 12 кг, в Дании и Норвегии по 11 кг, а в Японии всего 2 кг.

В диком виде кофейное дерево сохранилось в Эфиопии на горных плато на высоте 1600—2000 м над уровнем моря. Выдающийся ученый-ботаник Н. И. Вавилов в книге «Пять континентов» так описывает путешествие по Эфиопии: «В лесу послышался рев леопардов, обычных в этой стране. Мулы начали похрапывать, рваться в стороны. Надо дежурить, стрелять время от времени в воздух, поддерживать костер. Огромную услугу оказал абиссинский кофе из зерен дикого кофейного куста. Двух стаканов его было достаточно, чтобы не спать ночь, быть в хорошем настроении и исполнять обязанности сторожевого». И далее: «Самый Харар — центр торговли кофе. Абиссиния, несомненно, родина кофейного дерева. В южной части сосредоточены огромные заросли кофейного дерева, зрелые плоды которого собираются населением и поставляются в Харар. ...По качеству дикий кофе превосходит культурный, отличаясь бо́льшим содержанием кофеина».

Это вечнозеленый кустарник или деревце с продолговатыми кожистыми листьями, растущими супротивно. Ветки расположены горизонтально и свисают вниз. Растение не выносит прямых солнечных лучей и любит влагу. Цветки белые, душистые, расположены по 3—7 в пазухах листьев. В благоприятных условиях цветет и плодоносит круглый год. Плоды — красные сочные ягоды почти шаровидной формы с двумя семенами внутри. Семена плосковыпуклые, с глубокой бороздой на плоской стороне. Возможна комнатная культура. Деревце высотой 1,5 м способно дать 0,5 кг кофейных зерен в год. Но семена быстро теряют всхожесть, поэтому выращивать его лучше из черенков.

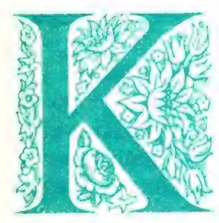
В зависимости от сорта семена кофе содержат от 0,7 до 2 % алкалоида кофеина.





Я крапиву сорвал,
Я приставил к букету крапиву!
И — о чудо! — зеленая, мощная
сочность крапивы
Озарила цветы.

В. Солоухин



рапива двудомная — *Urtica dioica* L. Сем. Крапивные — Urticaceae

Родовое название растения встречается у многих римских авторов и образовано от латинского слова *urere* — жечь, указывающего на общеизвестное свойство крапивы.

Русское название происходит от древнерусского слова коприна — шелк. Из крапивы получали волокно для выработки тканей. Долгое время крапива в этом качестве пользовалась известностью у разных народов и даже специально выращивалась на полях.

Крапиве как прядильному растению посвящена одна из самых поэтических сказок Андерсена «Дикие лебеди». По словам доброй волшебницы, принцесса Эльза могла только одним способом спасти своих братьев — диких лебедей: сплести для них кольчуги из стеблей крапивы. Однако за все время работы она не смела произнести ни одного слова, в противном случае вся ее работа была бы напрасной. Кроме того, волшебной силой обладала только та крапива, которая росла на кладбище. Желание спасти братьев было таким сильным, что никакие обстоятельства — ни разлука с любимым мужем, ни смерть — не могли заставить ее ни заговорить, ни даже сказать одно слово в свое оправдание. Не теряя ни одного дня, она продолжала плести кольчуги, а когда не хватало крапивы, ходила за нею ночами на кладбище. За это она была обвинена в колдовстве и осуждена на казнь. Уже по пути к месту казни в последний момент она успевает накинуть на диких лебедей кольчуги из крапивы и все

одиннадцать лебедей превращаются в прекрасных принцев и только у младшего, которому Эльза не успела доплести рукав, остается вместо руки лебединое крыло. Так Эльза волшебной силой крапивы и силой своей любви спасла братьев.

У русского народа крапива пользовалась известностью как верное средство против нечистой силы — ведьм и русалок. Поэтому на Ивана Купала по хлевам вешали пучки крапивы. По народному поверью, русалки и ведьмы больше всего боятся осины и крапивы. Следующее за Троициным днем воскресенье называют «Русальным заговеньем» или «Крапивным заговеньем». В этот день для защиты от русалок принято было стегать друг друга крапивой.

Крапива известна и как пищевое растение. Из ее листьев готовят супы, салаты, пюре. Особенно популярна она в меню кавказских народов, известных своим долголетием. Ее употребляют отваренной в молоке, в качестве начинки в варениках и пирожках, в смеси с толчеными орехами и пряностями.

Не один раз благодаря своей питательности она выручала народ в тяжелые годы испытаний:

Я цветы обходил стороной,
Их считал за ненужное диво.
Я искал те места, где крапива
Неприступной стояла стеной.
Обжигаясь зеленым огнем,
Обрезал ей колючие ножки.
Необычного цвета лепешки,
Обжигаясь, мы ели потом.
А сейчас я любитель цветов,
Улыбаюсь любому счастливо.
На задворках стоит крапива,
Словно память тех грозных годов.

В. Сергин

Народный фольклор отмечает: «Жгуча крапива родится, да в щах пригодится».

Как лекарственное растение крапива известна давно. Диоскорид рекомендовал ее при воспалении легких, задержке мочи, желудочно-кишечных расстройствах, нарывах, кровотечениях, травмах и т. д. В средние века крапиву прописывали при отравлении свинцом, эпилепсии, при почечных и печеночных камнях.

В «Салернском кодексе здоровья» читаем целую поэму во славу крапивы:

Сон посылает больным, прекращает противную рвоту,
Семя крапивное с медом и колики лечит надежно.
Примется пить это средство — и кашель запущенный сдастся,
Холод из легких оно изгоняет и язвы из чрева,
Верную помощь дает при различных болезнях суставов.
...Взятое жатвы порой и сушеное семя крапивы
Будет полезным лекарством во множестве случаев разных.

Современная народная медицина тоже отличает крапиву. «Одна крапива заменяет семерых врачей», — говорит народная мудрость.

Ее используют как кровоостанавливающее при различных кровотечениях. Настой из цветков применяют как мочегонное и как средство против хронических заболеваний кожи, употребляют как

ранозаживляющее, препятствующее нагноению средство наружно на язвы, раны. При застарелом кашле рекомендуют корни крапивы, сваренные в сахарном сиропе. Настой из листьев крапивы используют для полоскания горла при ангинах, а также для укрепления волос.

Настой крапивы готовят следующим образом: столовую ложку листьев, измельченных до 0,5 мм, обливают стаканом кипящей воды, настаивают 10 мин. Процеживают и принимают по одной столовой ложке 3 раза в день.

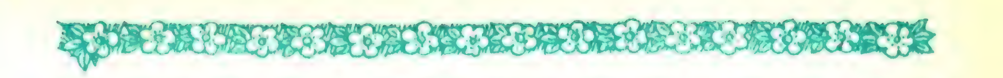
Современная научная медицина рекомендует крапиву как кровоостанавливающее средство, главным образом в гинекологической практике, причем препараты крапивы оказывают и противовоспалительное действие, регулируют менструальный цикл. Назначают крапиву при гиповитаминозах, она способствует повышению количества эритроцитов в крови.

Стебли и листья покрыты большим количеством жгучих волосков. Эта особенность крапивы отражена во множестве пословиц, поговорок и загадок.

Если бы на крапиву не мороз, с нею б и сладу не было.
С ним водиться, что в крапиву садиться.
Не садись под чужой забор, а хоть в крапиву, да в свой.
Хоть и не огонь, а жжется.
Сама холодная, а людей жжет.
Стоит зелена, дотронешься — ошпаришься, а свинья съест — не подавится.
Какую траву и слепой знает?

Мелкие зеленые цветки крапивы собраны в ветвистые колоски. Плоды — очень мелкие орешки желтовато-серого цвета. Цветет с июня до сентября. Является верным спутником человека и сопровождает его жилища повсеместно. Шведский ученый А. Норденшельд в 1880 г. разыскал в Гренландии места стоянок древних викингов тысячелетней давности. В этих поисках ему помогли растения — спутники человека — крапива и гусиная лапчатка. Крапива предпочитает плодородные почвы и в подходящих местах образует удобные для заготовки заросли. В листьях крапивы содержатся значительное количество аскорбиновой кислоты, каротин, витамины группы В и К, органические кислоты, гликозиды, хлорофилл. Хлорофилл из листьев крапивы извлекается в чистом виде и используется для производства медицинских препаратов, а также в качестве зеленого пищевого красителя.





По заводям, где от жары и света
У камышей кружится голова,
Кувшинки расцветают каждым летом.
Они зовутся одолень-трава.

Е. Стюарт

Кувшинка белая (лилия водяная) — *Nymphaea alba* L.
Сем. Кувшинковые — Nymphaeaceae

Родовое название образовано от латинского прилагательного nymphaios (населенный нимфами или посвященный нимфам). Нимфами называли низшие женские божества, олицетворяющие элементы природы. Каждая река, ручей, долина, гора, дерево имели свою нимфу, которые соответственно назывались нереидами, наядами, ореадами, дриадами. В мифах нимфы ведут беззаботную жизнь, принимают участие в пирах богов на Олимпе, любят, ревнуют и страдают. По одному из преданий, в кувшинку превратилась юная красавица Нимфея. Ночью она спала на мягком дне лесного озера, а утром поднималась на поверхность, где умывалась розовой зарей. Обычно людей, подходивших к озеру, она увлекала на дно, где они погибали. Но однажды к озеру подошел юноша. Был он красив, строен и мужествен. Как только наклонился он к поверхности озера, увидела его нимфа и полюбила. Но молодой человек вскоре ушел; то ли не понравилась ему водяная красавица, то ли любил он другую. А Нимфея осталась на поверхности воды и ждала его до тех пор, пока не превратилась в белоснежный прекрасный цветок.

У большинства народов кувшинка была ритуальным растением. В Древнем Египте на фараонов во время восхождения на престол

возлагали венок из лилий как символ их божественного происхождения.

В Древней Греции кувшинка считалась символом красоты и красноречия. Молодые девушки плели из кувшинок венки и украшали им невест.

По рассказам Феокрита, молодые гречанки сплели венок из кувшинок для Прекрасной Елены в день ее свадьбы с царем Менелаем. Любили кувшинки и в Древнем Риме, украшая ими статуи богов.

В древнегерманских сказаниях античная легенда о водяной красавице выглядела по-другому.

В тихих лесных водоемах среди кувшинок живут водяные нимфы. Днем они укрываются на дне водоемов, а в полночь выходят на берег, водят хороводы и завлекают людей, проходящих мимо озера. И если кто-либо из них вздумает сорвать лилию, ему придется жестоко за это поплатиться. Нимфы хватают этого человека и увлекают на дно темного озера. И если даже ему удастся убежать, все равно он не будет счастлив.

В славянской мифологии нимфы сменяются русалками. Русалки — это бледные, стройные водяные красавицы с распущенными ниже колен волосами. В лунные ночи они выходят на берега рек и озер в венках из водяных растений, садятся на траву, расчесывают свои длинные волосы или водят хороводы. Случайных путников завлекают на дно водоема и губят.

Днем русалки превращаются в водяные лилии — кувшинки.

У североамериканских индейцев существовала легенда о том, что прекрасные цветы появились от искр, упавших в воду от распавшихся двух звезд на небе, в которые попала стрела великого индейского вождя.

А в Латвии бытует следующая легенда. Самый красивый и веселый парень в округе Юкум обручился с красавицей Лилией. Все радовались за них, но черт позавидовал их счастью и решил разлучить эту пару. Однажды вечером он подсел к ожидавшему невесту на берегу озера Юкуму и предложил ему проститься с молодостью, но Юкум отказался. Лилия все не шла, и в сердце юноши закралась тревога. Незнакомец предложил прекрасное средство от тоски — вино и Юкум не удержался. С тех пор не однажды, едва у парня появлялись неприятности, на пути попадался ему новый знакомый, и каждый раз Юкум пил все больше, пока однажды его домашние не нашли его лежащим у колоды, где поят лошадей.

Не однажды Лилия упрашивала жениха гнать прочь нового приятеля с бутылкой, но он все чаще к ней прикладывался. Скоро и свадьба, но напрасно Лилия ждала Юкума на берегу озера, он проиграл черту в карты не только все добро, но обручальное кольцо и саму невесту. С таким горем Лилия не смогла справиться: уж лучше погибнуть в пучине озер, чем жить с бражником. Она прыгнула в воду и осталась навсегда на дне озера. Однажды Юкум увидел на воде белый цветок, и ему показалось, что это его невеста Лилия. Водяная лилия, озерная лилия — так называют этот цветок в Латвии.

По итальянскому сказанию, белая водяная лилия — дитя пре-

красной Мелинды и безобразного болотного царя. А было это так. В громадном страшном болоте жил царь. Захотел он жениться, но был так безобразен, что ни одна женщина на это по доброй воле не согласилась бы. А он хотел получить в жены непременно красивую девушку. Прослышал болотный царь, что у графини, живущей в замке на берегу его владения, есть дочь, красавица Мелинда, и решил украсть ее. Придумал как это сделать. Вырастил он на болоте желтую водяную кубышку. Мелинда никогда не видела такого цветка и решила сорвать его. Чтобы дотянуться до цветка, наступила на черный пень, торчавший из воды, пень ожил, схватил ее в объятия и утащил на дно болота. Неутешна была графиня-мать, оплакивала свою дочь день и ночь. И однажды колдун подсказал ей, что делать. Она должна девять вечерних и девять утренних зорь приходить на берег болота и звать свою дочь и, если та еще не стала женой болотного царя, он будет вынужден отпустить Мелинду. Так и сделала несчастная мать. Но когда она пришла в последний раз на берег, то услышала голос дочери: «Поздно мама, я уже стала женой болотного царя и должна буду навек остаться на дне страшного болота. Но я каждый год буду сообщать тебе, что я жива и здорова». Следующим летом, когда графиня пришла на берег болота, она увидела на его поверхности прекрасный белоснежный цветок. Она долго смотрела на него и, наконец, догадалась, что перед ней ее внучка, дочь ее дочери и болотного царя. Лепестки ее цветов были так же белы, как цвет лица ее дочери, а золотистые тычинки в середине цветка напоминали золотистый цвет волос ее дочери. И с тех пор каждое лето Мелинда покрывала поверхность воды прекрасными цветами, сообщая матери, что она жива и по-прежнему царствует в глубине своего болота.

У русского народа растение это известно под именем одолень-травы, корень которого будто бы способен одолевать болезнь и нечистую силу. Породили его сырая земля с живою водой. Потому одинаково она действует и против водяной нечистой силы, и против полевой.

В старинном травнике читаем: «Одолень растет при реках, ростом с локоть, цвет рудожелт, листочки белые. И та трава добра, коли человека окормит и, дав ту траву, скоро пойдет низом и верхом. И корень травы добр от зубной болезни, и пастуху, чтобы стадо не расходилось, или кто тебя любить не станет и хочешь его присушить — дай ясти корень».

Но одновременно считалось, что приносить одолень в дом опасно — может погибнуть домашний скот. Незаменимым считался корень при сборах в путь-дорогу, а особенно по торговым делам. Тогда добытый корень вкладывали в ладанку и носили как амулет, непременно с заговором: «Одолень-трава! Одолень-трава! Одолей ты злых людей, лихо бы на нас не думали, скверного не мыслили. Отгони ты чародея, ябедника. Одолень-трава! Одолей мне горы высокие, долы низкие, озера синие, берега крутые, леса темные, пеньки и колоды. Спрячу я тебя, одолень-трава, у ретивого сердца, во всем пути и во всей дороженьке».

В поэтическом переложении этой легенды Е. Стюарт об этой траве пишет так:

Коль в путь собрался от родимой двери,
Добудь их корень ночью у воды,
И он спасет, по древнему поверью,
От лиходея, кривды и беды.
    Ничьих наветов в этот час не слушай,
    Лишь говори приветные слова
    И сбережет твою живую душу
    Заветный корень — одолень-трава.
С ним одолеешь все крутые горы,
Туманы не пойдут наперерез,
Вглубь не заманят синие озера
И не обманет самый темный лес.
    С ним не страшись ни сглазу и ни горя,
    Змеи-тоски и вражеской руки.
    Носи его у сердца, этот корень,
    Порою даже сердцу вопреки.
Найди его, и он во всем поможет —
Так говорит народная молва.
Я этот корень отыскала тоже.
Ты помоги мне, одолень-трава!

В народной медицине применяются цветки и корневища кувшинки белой. Отвар цветков употребляют как слабительное, при желтухе, настой белых лепестков — против бессонницы и при горячке, отвар корневища — при заболеваниях почек, мочевого пузыря и при лечении гнойных ран, им моют голову при выпадении волос.

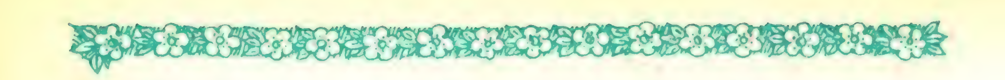
В научной медицине корневища кувшинки белой используют только в составе сбора Здренко, применяемого при папилломатозе мочевого пузыря и анацидном гастрите.

Кувшинка белая — водное многолетнее растение. Толстое белое ползучее с черными рубцами корневище укореняется в иле. Листья темно-зеленые, сердцевидной формы, плавающие на поверхности воды. Цветки одиночные, крупные, до 20 см в диаметре. Лепестки нежно-белые, многочисленные, постепенно переходящие в золотисто-желтые тычинки. Изучая строение цветка кувшинки, великий немецкий поэт Гёте, который одновременно был увлеченным натуралистом, высказал предположение о том, что элементы цветка — не что иное, как видоизмененные листья. Цветки кувшинки белой имеют интересную биологическую особенность: в ясную погоду они открываются в восьмом часу утра и закрываются в пятом-шестом часу вечера. Плоды овальной формы напоминают небольшой кувшин — отсюда и русское название. Цветет с середины лета и до осени. Встречается в водоемах лесной и степной зоны европейской части СССР и в Закавказье. Растет в водоемах со стоячей или медленно текущей водой на глубине до 2 м. Корневища содержат дубильные вещества, крахмал, мало изученный алкалоид нимфеин. Корневища в отваренном виде съедобны, окрашивают ткани в черный цвет. Иногда применяются для отпугивания тараканов. Семена могут быть использованы как суррогат кофе.

О красоте кувшинок написано много, но, кажется, нет более восторженных слов, чем слова Ульяны Громовой в «Молодой Гвар-

дии» А. Фадеева: «Нет, ты только посмотри, Валя, что это за чудо! Прелесть!.. Точно изваяние — но из какого чудесного материала... Ведь она не мраморная, не алебастровая, а живая, но какая холодная! И какая тонкая нежная работа — человеческие руки никогда бы так не сумели. Смотри, как она покоится на воде, чистая, строгая, равнодушная... А это ее отражение в воде, — даже трудно сказать, какая из нее прекрасней, — а краски? Смотри, смотри, ведь она не белая, т. е. она белая, но сколько оттенков — желтоватых, розоватых, каких-то небесных, а внутри, с этой влагой она жемчужная, просто ослепительная».





Она махнула на три метра
Из чернозема в синеву.
И чешет, чешет гребень ветра,
Как жесть, горячую листву

П. Касаткин



укуруза (маис) — *Zea mays* L. Сем. Мятликовые (злаковые) — Poaceae

Родовое латинское название *Zea* образовано от древнегреческого названия пшеницы, а последнее связано с глаголом zen (жить). Видовой эпитет образован от народного гаитянского или перуанского названия кукурузы. Это слово ввезено в Европу Колумбом. Русское название растения, по всей видимости, происходит от испанского cucurucho.

Кукуруза — самая древняя сельскохозяйственная культура Америки и до сих пор дикий предок этого растения неизвестен. Археологические находки указывают на то, что в Мексике человек стал заниматься выращиванием кукурузы уже 10 тыс. лет назад. У древних индейских племен Южной и Центральной Америки кукуруза была главной пищевой культурой, поэтому она служила предметом поклонения. Ежегодно в столичном храме Солнца проводился торжественный ритуал символического посева ее зерен. Во время религиозных церемоний жрецы несли стебли кукурузы как победное знамя, храмы строились в виде початков кукурузы.

Индейский народный эпос связывает появление кукурузы с именем Гайаваты. В поэме Г. Лонгфелло «Повесть о Гайавате» рассказывается. Даровав Гайавате жизнь, отец завещал ему неустанно трудиться в родном краю, расчистить реки, сделать землю плодоносной, умертвить чудовищ злобных. Сын послушался доброго совета и от-

правился в лесную глушь, чтобы там, вдали от повседневной суеты, провести в посте семь дней и ночей, молясь о счастье и благе народа. В первый день, созерцая разных лесных обитателей, он с сомнением и безнадежной скорбью спросил Владыку жизни — Гитчи Маниту:

Неужели наше счастье,
Наша жизнь от них зависят?

На второй день, встретив на своем пути дикий рис, голубику, землянику, крыжовник, виноград, он вновь, терзаемый сомнениями, обратился к Гитчи Маниту с прежним вопросом. И на третий день, сидя в задумчивости у лесного озера и наблюдая в тихой прозрачной воде за резвящейся рыбой, он опять уже в отчаянии задает тот же вопрос. А на четвертый день, быстро теряя силы из-за продолжавшегося поста, он лежал в изнеможении, как вдруг на закате увидел, что подходит

Стройный юноша к вигваму.
Голова его — в блестящих,
Развевающихся перьях,
Кудри — мягки, золотисты,
А наряд — зелено-желтый.

Остановившись у входа в вигвам, юноша с участием оглядел сильно исхудавшее лицо Гайаваты и сообщил, что его беспокойные вопросы услышаны на небе:

Для тебя Владыкой жизни
Послан друг людей — Мондамин;
Послан он тебе поведать,
Что в борьбе, в труде, в терпенье
Ты получишь все, что просишь.

После этого Гайавате предстоял трехдневный поединок с новым знакомцем, который предвидит свое поражение и предупреждает: одержав победу, Гайавата должен будет приготовить побежденному в земле удобное ложе, в котором могли бы его «весенний дождик освежать» и «ласковое солнышко согревать». Перед захоронением надлежит смело сорвать с Мондамина зелено-желтый наряд и головной убор, а тело его засыпать рыхлой землей.

Стереги мой сон глубокий,
Чтоб никто меня не трогал,
Чтобы плевелы и травы
Надо мной не зарастали,
Чтобы Кагаги, Царь-Ворон,
Не летал к моей могиле.
Стереги мой сон глубокий
До поры, когда проснусь я,
К солнцу светлому воспряну!

Все было так, как сказал пришелец. После долгой и нелегкой борьбы юноша в зелено-желтом наряде оказался на земле, а Гайавата, несмотря на смертельную усталость, в точности исполнил все, что ему советовал противник. И место захоронения своего противника не забывал ни на час. Каждый день навещал, взрыхляя там землю, удаляя сорные травы и отпугивая прочь назойливых ворон.

Наконец зеленый стебель
Показался над могилой...

А поздней, когда под осень
Пожелтел созревший маис,
Пожелтели, стали тверды
Зерна маиса, как жемчуг,
Он собрал его початки,
Сняв с него листву сухую...

Велика была радость часто терпевших нужду индейцев, когда подвиг Гайаваты дал им столь замечательное растение. Вокруг каждого селения вскоре пышно зазеленели обширные нивы.

Это женщины весною
Обрабатывали нивы —
Хоронили в землю маис
На равнинах плодородных;
Это женщины под осень
Желтый плащ с него срывали,
Обрывали косы, перья,
Как учил их Гайавата.

Возделывание кукурузы в Америке еще до ее открытия Колумбом достигло высокого развития. Удивительным было разнообразие сортов, выращиваемых в разных климатических зонах и отличавшихся зимостойкостью, размерами початков, величиной, формой и окраской зерен.

Индейцы кукурузное зерно не перемалывали на муку, а использовали целиком в жареном или вареном виде. Из пыльцы кукурузы готовили суп, а молодые, не успевшие огрубеть метелки употребляли в пищу вместо салата.

Члены экспедиции Колумба ознакомились с кукурузой в первые же дни открытия островов в Карибском море, но в Европу кукуруза была доставлена только при возвращении из второго путешествия в 1492 г. Один испанец из спутников Колумба, Эрнандо Кортеса, писал о кукурузе: «На полях росли какие-то странные растения высотой больше метра. Казалось, что они из чистого золота, а их листья из серебра».

В Россию кукуруза попала через Крым из азиатских стран, куда ее завезли португальцы.

В народной медицине кукурузные рыльца издавна применяются как мочегонное и желчегонное средства. В пищу использовались жареные початки с медом.

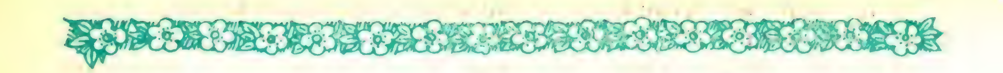
Современная научная медицина в качестве лекарственного сырья использует кукурузные столбики с рыльцами под названием «кукурузные рыльца». Препараты кукурузных рылец оказывают желчегонное, мочегонное и кровоостанавливающее действие. Назначаются при воспалении желчного пузыря и желчных путей, а также заболеваниях печени, сопровождающихся задержкой желчеотделения.

Для приготовления настоя одну столовую ложку измельченных рылец заливают 1,5 стаканами кипящей воды, настаивают 1 ч, процеживают в охлажденном виде и принимают по 1—2 столовые ложки каждые 3 ч.

Кукурузное масло, получаемое из зародышей кукурузы, нашло применение в профилактике и лечении атеросклероза.

Кукуруза — высокий однолетний злак, в благоприятных условиях вырастающий до 2—3 м высотой. Стебли простые, узловатые, мясистые. Листья удлиненноланцетные, по краю реснитчатые. Растение однодомное, имеет женские и мужские соцветия: женские — в виде початка, закрытого бумагообразной обверткой, из которой во время цветения пучками свешиваются столбики пестиков с раздвоенным рыльцем на конце. Вначале они светло-зеленые, затем золотистые, к концу созревания початков — черно-бурые. Мужские соцветия — раскидистые метелки на верхушках стебля, образующие большое количество пыльцы. Цветет кукуруза в июле. Плоды — зерновки золотисто-желтого или иного цвета. В кукурузных рыльцах обнаружены эфирные масла, жирное масло, витамины К, С, пантотеновая кислота. Кукуруза — одно из основных пищевых и кормовых растений, применяется и для технических целей.





Слышишь, как зашептались листы Аполлонова,
лавра,
Как содрогается храм? Кто нечист, беги и
сокройся!
Это ведь Феб постучался к нам в дверь прекрасной
стопою.

Каллимах



Лавр благородный (лавр душистый) — *Laurus nobilis* L. Сем. Лавровые — Lauraceae

В Древней Греции лавр был посвящен Аполлону. Храмы его окружали священные лавровые рощи. А вот что рассказано в мифах.

После победы над змеем Пифоном Аполлон, гордый своей победой, высмеял юного бога любви Эрота: «Зачем тебе, малыш, лук и стрелы? Уж не думаешь ли ты превзойти меня в искусстве стрельбы?» Обиженный Эрот решил отомстить Аполлону. Он вынул из колчана две стрелы: одной, разящей сердце и вызывающей любовь, он пронзил сердце Аполлона, другую, убивающую любовь, пустил в сердце Дафны, дочери речного бога Пенея и богини земли Геи. Встретил как-то прекрасную Дафну Аполлон и полюбил ее. Но лишь только Дафна увидела златокудрого Аполлона, как с быстротою ветра бросилась бежать: ведь стрела Эрота, убивающая любовь, пронзила ее сердце. Она бежала, не слушая призывов Аполлона. Как на крыльях мчится за нею бог света и вот-вот настигнет. Обратилась тогда Дафна к отцу своему Пенею: «Отец Пеней, помоги мне и ты, земля! Отнимите у меня этот образ, он причиняет мне только страдания». Лишь только сказала она это, как стали превращаться в ствол ее ноги, руки стали ветками, волосы — листвой. Она превратилась в куст лавра. Долго печально стоял Аполлон перед лавром и наконец промолвил: «Пусть же венок лишь из твоей зелени украшает мою голову и пусть никогда не вянет твоя зелень».

С тех пор уже несколько тысячелетий лавровыми венками украшают победителей. От слова «лавр» произошло слово «лауреат».

Древние считали лавр священным и пытались с его помощью предсказывать судьбу. Листья его бросали на угодья: если они сгорали с громким треском, это предвещало счастье, если слабо или совсем не трещали, — несчастье. Вот как описана сцена гадания в поэме Феокрита «Колдуньи»:

Дельфис меня оскорбил — для Дельфиса лавр я сжигаю.
Так же, как ветка в огне разгорается с треском вначале,
Вспыхнет внезапно потом, даже пепла нам не оставив, —
Также пусть в прах на огне рассыпается Дельфиса тело.

Двадцать пять веков назад греки привезли его в Крым вместе с маслиной, инжиром, виноградом, кипарисом. С тех пор лавр благородный нашел свою вторую родину на юге нашей страны.

Издавна лавр используется как лекарственное растение. Авиценна считал, что лавр «помогает от всяких болей в суставах, а масло его устраняет изнурение. ...Лавр в виде лекарства для слизывания с медом или мази помогает от одышки и «стоячего дыхания», а также полезен при истечении излишков в легкие». Считал он также, что кора и костянки лавра способны дробить камни в печени и почках.

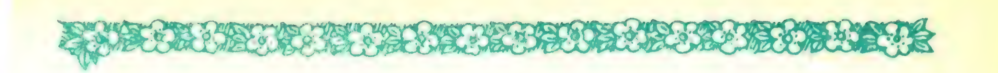
В настоящее время применение его в медицине ограничено. Измельченные плоды и жирное масло из плодов лавра входят в состав некоторых мазей, например в состав «бобковой мази», используемой против чесоточного клеща, и как болеутоляющее при ревматизме, спазмах, опухолях. Как показали эксперименты в лабораторных условиях, летучие химические вещества лавра подавляют развитие туберкулезной палочки. В народной медицине лавровое масло используют при лечении хронических холециститов и желчнокаменной болезни. Применяют по 10—15 капель в смеси с молоком, кефиром или чаем 2—3 раза в день. Водным извлечением из листьев лечат сахарный диабет. Для этого 1—2 столовые ложки измельченных листьев лавра (20—40 штук) заливают двумя стаканами кипятка, нагревают на водяной бане в течение 15 мин, охлаждают, процеживают и принимают по одной столовой ложке 3—4 раза в день за 15 мин до еды. В домашних условиях лавровое масло получают следующим образом: 30 г измельченных листьев заливают 200 г масла и настаивают в течение 3—6 суток, затем процеживают и используют для втирания при параличах.

Лавр благородный — вечнозеленый двудомный высокий кустарник или деревце. Отдельные экземпляры лавра достигают высоты 15 м. Листья темно-зеленые, блестящие, эллиптические, кожистые, со слегка волнистым краем. Цветки мелкие, желтовато-белые, собраны пучками в пазухах листьев. Плод — черно-синяя односеменная овальной формы костянка. Цветет в марте — апреле, плоды созревают в октябре — ноябре. Лавр начинает цвести и плодоносить на 4—6-м году жизни. Все растение ароматно из-за содержания эфирного масла.

Растет в странах с мягким субтропическим климатом. Выдерживает морозы до —13 °С. Родина — Закавказье и Малая Азия. Встречается одичавшим на южном берегу Крыма и на Черноморском побережье Кавказа. Широко культивируется для промышленных целей и как декоративная культура. Лавр восприимчив к подрезке, из него легко формируются парковые бордюры, различные фигуры. Возможна комнатная культура. Листья лавра используются как пряная приправа. Кроме этого, из листьев, цветков и плодов получают пряное эфирное масло, широко используемое в пищевой промышленности, парфюмерии и мыловарении. Обрезку и сбор листьев обычно проводят осенью и зимой с 15 ноября по 15 февраля, когда в них накапливается больше эфирного масла. Собирают листья на одном участке один раз в два года.

Лавровые венки изображены в гербах Эквадора, Парагвая, Венесуэлы.





О первый ландыш! Из-под снега
Ты просишь солнечных лучей;
Какая девственная нега
В душистой чистоте твоей!

Как первый луч весенний ярок!
Какие в нем исходят сны!
Как ты пленителен, подарок,
Воспламеняющей весны!

А. Фет



андыш майский (ванник, гладыш, конваллия, заячьи ушки, язык лесной и др.) — *Convallaria majalis* L. Сем. Лилейные — Liliaceae

Латинское название ландыша в дословном переводе означает «лилия долин, цветущая в мае».

Происхождение русского названия неясно. Существует несколько предположений. Согласно одному, слово ландыш произошло от «гладыш» — из-за гладких листьев, по другому — от слова «ладан» — за приятный запах цветков; по третьему — от польского выражения, обозначающего «ушко лани».

Прекрасный весенний цветок издавна привлекал внимание людей и о его происхождении сложено множество поэтичных легенд. Старинное русское предание рассказывает о безнадежной любви водяной царевны Волховы к удалому Садко. Узнав о его верной любви к простой девушке Любаве, она вышла на берег, чтобы в последний раз послушать песни и игру на гуслях своего любимого. Долго ходила Волхова по лугам и опушкам, но Садко нигде не было. Как вдруг увидела она двоих среди стройных берез — это они, Садко и Любава. Заплакала с горя гордая царевна, горькие слезы покатились из ее синих, как море, глаз. Жемчужинами падали они в траву и превращались в ароматные серебристые цветы — символ верности,

любви и нежности. Обездоленная горем, навсегда ушла Волхова в свое холодное подводное царство.

В Древней Греции существовал миф, в котором рассказывалось, как однажды богиня охоты Диана, сестра лучезарного Аполлона, охотилась в незнакомом лесу, населенном фавнами. Соблазненные красотой девушки, они стали преследовать ее. Стройная охотница Диана убежала от них, но бежать ей пришлось слишком далеко и быстро, она устала, все ее тело покрылось капельками пота, который, падая на землю, превращался в душистые серебристые колокольчики ландыша.

В Англии существует предание о битве святого Леонарда, одного из сподвижников Хлодвига, со страшным драконом. Три дня и три ночи продолжалась кровавая битва. На четвертый день, теряя силы, Леонард, наконец, увидел, как страшное чудовище, волоча свой длинный хвост, уползло в глубь леса, чтобы больше никогда оттуда не появляться. Битва эта дорого обошлась Леонарду: его тело было жестоко изранено клыками и когтями дракона. На том месте, куда капали капли крови святого, выросли цветы чистоты и святости — ландыши. И сейчас на месте битвы можно видеть эти белые душистые цветки.

У народов Западной Европы ландыши — это и жилища маленьких лесных человечков — эльфов, и ожерелье Белоснежки, которая, убегая зимой от злой мачехи, потеряла его в лесу и оно превратилось в серебристые колокольчики. По другим преданиям — это фонарики гномов.

В христианской мифологии ландыши — это горючие слезы Богородицы, которые она проливала, стоя у креста распятого сына. Слезы эти, падая на землю, превращались в чистые прекрасные цветы, которые, отцветая, становились красными, похожими на кровь плодами. В Германии существует поверье, что в светлые лунные ночи, когда земля объята глубоким сном, дева Мария с венцом из блестящих, как серебро, ландышей на голове появляется перед немногими избранными праведниками.

Цветение ландыша совпадает с той порой весны, когда она постепенно переходит в лето, а к середине лета на нем образуются красные капли плодов. По этому поводу сложена такая легенда. Когда расцвел ландыш, он увидел Весну. Она была так прекрасна, что ландыш сразу полюбил ее и, сколько ни смотрел, не мог насладиться ее красотой. Да и сама Весна была неравнодушна к маленькому, изящно одетому цветочку, укрывшемуся под широким зеленым зонтиком. Но Весна ведь кругосветная путешественница, она всем улыбается, дарит всем ласки, но долго нигде не задерживается. Пришло время, и Весна ушла, уступив свое место жаркому лету. Ландыш долго оплакивал ушедшую ласковую и теплую Весну, но это тяжелое горе он перенес безмолвно, как и радость любви. Маленькие цветочки его увяли, а на месте их образовались ярко-красные капельки-слезинки. Так ландыш безмолвно оплакивает Весну.

В очень давние времена у древних германцев ландыш был посвящен богине восходящего солнца, лучезарной Остаре. В ее честь про-

водился весенний праздник Остерн. Накануне его молодые женщины, собрав ландыши, отправлялись с ними к священному ключу и умывались его водой, чтобы как можно дольше сохранить свежесть и красоту лица. Вечером зажигались костры и молодые парни и девушки украшали себя цветами ландыша, символом любви и счастья. Праздник этот продолжался, пока не увядали ландыши, а когда цветы увядали, их с заклинаниями бросали в костры, принося тем самым жертву богине.

С глубокого средневековья во Франции сохранился «праздник ландышей». Его отмечают в первое воскресение мая. Накануне, после полудня, жители деревень отправляются в ближайший лес за ландышами. Набрав букеты, к вечеру возвращаются домой. На другой день утром собранными ландышами украшают комнаты, окна и даже двери. После веселого завтрака устраивают танцы. Каждый танцующий имеет по букетику ландышей. Девушки прикалывают его к корсажу, юноши — в петлицы сюртуков. Молодые люди, понравившиеся друг другу, обмениваются букетиками. Не принять ландыши или дать бросить их на землю означало неприязнь или даже отвращение. Нередко такие танцы заканчивались объяснением в любви.

Любовь к ландышу осветила творчество многих поэтов и писателей. Как о самом любимом цветке отзывались о нем А. И. Куприн, С. Ковалевская, Леся Украинка, П. И Чайковский, А. А. Фет и др. В поэтических произведениях цветы ландыша всегда олицетворяли чистоту, нежность, любовь, верность.

«Царем цветов я признаю ландыш, — писал П. Чайковский, — к нему у меня какое-то бешеное обожание». Из Флоренции он пишет брату Модесту: «Один вид этих милых цветов, красующихся в эту минуту на столе моем, уже достаточен, чтобы внушить любовь к жизни». Ландышам композитор посвятил стихотворение:

Я жду весны. И вот волшебница явилась.
Свой саван сбросил лес и нам готовит тень.
И речки потекли, и роща огласилась,
И, наконец, настал давно желанный день.
Скорее в лес! Бегу знакомою тропою.
Ужель сбылись мечты, осуществились сны?
Вот он! Склонясь к земле, я трепетной рукою
Срываю чудный дар волшебницы весны.
О ландыш, отчего так радуешь ты взоры?
Другие есть цветы роскошней и пышней,
И ярче краски в них, и веселей узоры —
Но прелести в них нет таинственной твоей.

Отсылая его брату, он пишет: «В первый раз в жизни мне удалось написать в самом деле недурные стихи, к тому же глубоко прочувствованные... Я работал над ними с таким удовольствием, как и над музыкой». Не менее прочувствованные, полные восхищения стихи посвятил ландышу Валерий Брюсов:

Ландыш милый, ландыш нежный
Белый ландыш, ландыш снежный
Наш цветок!
Встал ты меж зеленых створок,
Чтоб тебя, кто только зорок,

Видеть мог.
Колокольчики качая
В воздухе веселом мая,
Бел и чист,
Ты, как звезды, в травах светишь,
Ты узором тонким метишь
Полный лист.
Восковой и весь нездешний
Ты блаженней, ты безгрешней
Всех цветов.
Белый, белый, белый, белый
Беспорочный, онемелый
Тайный зов!...

Та же тема неразрывности весны и ландыша звучит в стихотворении С. Я. Маршака:

Чернеет лес, теплом разбуженный,
Весенней сыростью объят,
А уж на ниточках жемчужины
От ветра каждого дрожат.
Бутонов круглые бубенчики
Еще закрыты и плотны,
Но солнце раскрывает венчики
У колокольчиков весны.
Природой бережно спеленатый,
Завернутый в широкий лист,
Растет цветок в глуши нетронутой,
Прохладен, хрупок и душист.
Томится лес весною раннею,
И всю счастливую тоску,
И все свое благоухание
Он отдал горькому цветку.

Любимый поэтами цветок известен и как лекарственное растение, выдержавшее испытание временем. С древности и по настоящее время он широко применяется в медицине. Особенной популярностью он пользовался в средние века. Известно, что Коперник был не только великим ученым, современники его знали главным образом как хорошего врача. Сохранился его прижизненный портрет, на котором ученый изображен с цветком ландыша в руке. В те времена ландыш был символом врачебного искусства.

С начала XVIII в. сохранились рецепты приготовления ландышевой воды: «Взять ландышевого цвету, настоять на белом вине, процедить и принимать по чайной ложке один раз или два по мере надобности. Возвращает речь косноязычным, исцеляет подагру, унимает сердечную боль и укрепляет память. А цвет положить в стеклянную посудину, плотно умять, воткнуть в муравейник и оставить так на месяц, после чего вынуть; тогда увидишь, что цветы пустили сок, а его хранить в пузырьке; полезен и больным и здоровым, мужчинам, равно и женщинам».

Прекрасным средством от параличей считалась вода Гартмана. Для приготовления этого лекарства цветки ландыша нужно было собирать до восхода солнца, пока они еще покрыты росой. В Англии из цветков ландыша готовили особый эликсир под названием «золотая вода». Он продавался в золоченых либо посеребреных флаконах

и предназначался для укрепления нервов, против головных болей, а одно время даже как средство против заразных болезней.

На Руси ландыш — тоже популярное лекарственное средство. О его настойке писали, что она «дороже есть злата драгого и пристоит ко всем недугам». Его употребляли против водянки, заболеваний сердца, эпилепсии, коликов в животе и др.

Ягоды растения использовались знахарями «от чоху, от гомозу и от жениной журьбы». Девушки в деревне соком растения натирали щеки, чтобы быть румяными.

В научную литературу ландыш был введен в 1881 г. работами Н. П. Богоявленского и С. П. Боткина. Ученым удалось из разных частей ландыша выделить сердечные гликозиды, близкие по составу к гликозидам наперстянки.

В настоящее время препараты ландыша применяют при острой и хронической недостаточности кровообращения, сердечной недостаточности. Действуют они как успокаивающие при неврозах сердца и как мочегонные средства. По сравнению с другими сердечными гликозидами они наименее токсичны. Часто препараты ландыша используют совместно с препаратами валерианы, пустырника, боярышника.

Все части ландыша ядовиты для человека, но он ядовит не для всех животных. Для птиц употребление его в пищу смертельно, но некоторые дикие животные (лиса, пятнистый олень) едят ягоды ландыша без всякого вреда для себя. Растет ландыш в светлых лесах, главным образом смешанного типа. На полянах, опушках образует сплошные очень густые заросли. Ученые обратили внимание, что ландыш, выросший на опушках и полянах, богаче сердечными гликозидами, чем выросший под пологом леса. С XVI в. ландыш введен в культуру. Получены сорта крупноцветные, махровые, с розовыми цветками и пестрыми листьями. Многие садоводы-любители увлекаются выгонкой ландыша. Корневища ландыша — предмет международной торговли.

Обычно в сентябре аккуратно выкапывают корневище с толстыми цветочными почками и укладывают в ящик, засыпав слоем сухих листьев. В январе его пересаживают в земляные горшочки так, чтобы почки слегка виднелись, и ставят в теплое место. Спустя некоторое время появляется цветочная стрелка, и растение зацветает.





Ты видел маленькое солнце —
Венок из ярко-желтых лепестков
Вокруг живой глазастой сердцевины?
Оно проклюнулось
Из недр земли,
Как маленький утенок из скорлупки,
И, встав на ножку,
Удивленно смотрит
На синий май.

А. Боева



апчатка прямостоячая (дикий калган, дубровка, завязный корень, могущник, шептуха, курзельс) — *Potentilla erecta* Hampe. Сем. Розоцветные — Rosaceae

Родовое латинское название *Potentilla* переводится как «маленькое, но сильнодействующее». Более точно по смыслу название *Potentilla tormentilla*, в настоящее время считающееся устаревшим и обозначающее «маленькое, но сильнодействующее при дизентерии».

Большое количество русских названий указывает на необычайную популярность растения в народной медицине; о его исцеляющей силе сложено немало преданий. Одно из них связано с именем русского богатыря Ильи Муромца. Перед решающей битвой с Соловьем-разбойником он будто бы подошел к краю большого водоема, где было много травы «шептухи», припал к земле, вдохнул в себя запах ее корней и почувствовал в себе силу безмерную. Как известно, битва закончилась славной победой русского богатыря.

В другом предании лапчатка названа «могущником» за великую силу, которой она, якобы, обладала. Ведь живая вода, которой был оживлен Руслан, была взята из родника, вокруг которого росла эта трава.

В средние века популярность лапчатки как лекарственного средства была очень велика, потому что только это растение давало эффект при лечении дизентерии. Применялись ее корневища в качестве бактерицидных, кровоостанавливающих и противовоспалительных средств при желудочно-кишечных заболеваниях. Наружно ее употребляли в виде полосканий и примочек при ангине, для лечения ран, язв и различных кожных заболеваний. Для этого готовили мазь: 5 г мелко истолченных корневищ лапчатки (они твердые, но хрупкие) кипятили 5 мин с 200 г сливочного масла, процеживали и хранили на холоде. Особенной популярностью она пользовалась как кровоостанавливающее средство — при желудочных и гинекологических заболеваниях, отсюда название «завязный корень», «перевяжиха».

В настоящее время медициной рекомендуются отвары корневищ лапчатки для лечения воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта. Входит в состав желудочных чаев.

Лапчатка прямостоячая — невысокое многолетнее травянистое растение. На территории нашей страны произрастает 148 видов лапчатки и из всех них лапчатка прямостоячая выглядит самой скромной. По этому случаю тоже существует легенда. Однажды скромная травка обратилась с просьбой к доброй волшебнице: «Смеются надо мной мои сестры за то, что нет у меня ни серебристого наряда, ни крупных красивых цветков и вообще я малозаметна в траве, едва поднимаюсь от земли. Да и лепестков в цветке у меня четыре, а все мои сестры имеют по пять». «Не печалься, — ответила волшебница скромной травке, — хотя вид твой неказист, а тоненький стебелек малозаметен в траве, только тебя будут искать люди за ту великую пользу, которую ты им будешь приносить».

И действительно, только опытный глаз ботаника сразу отличает дикий калган среди других лапчаток. Листья у нее тройчатые с двумя крупными прилистниками и действительно напоминают птичью лапу, отсюда и названия «курзелье», «куричьи ножки». Цветки мелкие, одиночные, на тоненьких цветоножках. Четыре ярко-желтых лепестка имеют по красному пятнышку у основания. Цветет лапчатка с мая по сентябрь. Осенью ее листья краснеют. Растет по всей европейской части страны и в Западной Сибири. Удивительна ее приспособляемость к различным местообитаниям и почвенным условиям. Она встречается и на суходольных лугах, и в лесу, и на мокрых торфяных болотах. Предпочитает светлые смешанные леса с умеренным увлажнением. На влажной почве развиваются более крупные корневища. Корневища, отмытые и высушенные, обычно имеют характерный комковатый вид, чаще бесформенные, красно-бурого цвета, ароматные. Они тяжелые, плотные, плохо режутся, но легко толкутся в крупный порошок. Содержат до 30 % дубильных веществ. Это больше, чем в коре дуба. Кроме того, содержат флавоноиды, эфирное масло.

Ввиду большого количества дубильных веществ лапчатку давно применяют для дубления кож и в качестве красителя. Корневища экспортируются. Используют в консервировании и при изготовлении

настоек. Старые истлевающие корневища в темноте могут фосфоресцировать.

Вот что написал об этом растении поэт Михаил Троицкий:

Калган — растение простое,
О нем поэты не поют,
Его, на перекрестке стоя,
Букетами не продают...
...Забыт, а нам какое дело —
Хвалу калгану вознесу.
Я этот корень почернелый
Ножом выкапывал в лесу.
В местах, исхоженных заране,
В траве колючей и густой,
У пней корявых на поляне
Мелькает крестик золотой.
И вьется стебель невысокий,
Чуть перехваченный листом,
Уходит вглубь. И что за соки
Таятся в корешке простом!





Остановлюсь я на поле,
Присяду, лён примну
И спрячу очень грустные
Глаза свои во льну.
Слезу заметив горькую,
Мне мой ленок простит
И, может быть, по-девичьи
Со мною погрустит.

В. Боков



ён обыкновенный — *Linum usitatissimum* L.
Сем. Льновые — Linaceae

Linum — римское название культурного льна, а произошло оно от кельтского lin — нить, так как из стеблей культурного льна получают нити. Видовое название обозначает превосходную степень от слова «полезный» и в буквальном переводе имеет смысл «наиполезнейший».

Культура льна очень древняя и к настоящему времени дикорастущим лен неизвестен. В результате археологических раскопок установлено, что семена льна использовались человеком в пищу со времен бронзового и железного веков. В поселениях людей железного века обнаружены остатки хлеба, состоящего из смеси семян пшеницы, пшена и семена льна. Считается, что около 9000 лет назад в горных районах Индии впервые из стеблей льна была приготовлена ткань, и с тех пор человек выращивает лен в качестве прядильной культуры. Ткани эти сразу были оценены по достоинству за высокие гигиенические качества. Вскоре льняные ткани вытеснили одежду из звериных шкур. Примерно через 2500 лет культура льна была позаимствована Ассирией, Вавилоном, а затем Египтом, где и достигла наибольшего совершенства. В мифологии Древнего Египта лен считали первым благодеянием богов, а неурожай льна был величайшим бедствием. Особенно прославился Египет льняным ткачеством. Египетские ткачи умели изготавливать тончайшие, почти прозрачные ткани, которые сравнивали с «дыханием ребенка». Через

пять слоев такой ткани просвечивало тело. По традиции качество льняного волокна определяют по длине нити, получаемой из 1 кг пряжи. Так, если из 1 кг пряжи выходит 10 км нити, ей присваивают номер 10. Наши лучшие нити имеют номер 20—40. Египетские ткачи умели прясть нить до 240 номера. Секрет изготовления таких нитей утерян. А ткань, полученная из таких нитей, была драгоценной и ценилась на вес золота. Носить одежды из такой ткани могли только царственные особы да могущественные жрецы, использовали их также в храмах. Во всем античном мире лен считался символом света, чистоты и верности. «Чистейшее из растений, — писал римский писатель Апулей, — один из самых лучших плодов земли, употребляется не только для верхнего и нижнего облачения благочестивых египетских жрецов, но и как покров для священных предметов».

Широко использовали в Египте льняные бинты для пеленания набальзамированных тел умерших. До настоящего времени сохранили эти бинты свою прочность и эластичность.

Из Египта культура льна попала в Грецию и Рим. Здесь тоже любили льняные одежды, но носили их преимущественно женщины. Из Рима культура льна была позаимствована народами Западной Европы. Наибольшее распространение льняные ткани получили здесь в период средневековья и в эпоху Возрождения. Одежда из льна была распространена повсеместно, и использовали ее в основном простолюдины. В Восточную Европу культура льна попала значительно раньше, по всей видимости, из Азии. До образования Киевской Руси льноводством занимались все славянские племена, населявшие Восточно-Европейскую равнину. Об этом писал Геродот в V в. н. э., а также арабский ученый Ибн-Фадлан, восторгавшийся красотой белых льняных одежд славянских женщин. В Прибалтике еще в языческие времена были боги-покровители льноводства. В Киевской Руси с введением христианства льноводство получает новый импульс. Летописец Нестор в своей «Повести временных лет» подробно рассказывает о возделывании льна, о производстве тканей и масла печерскими монахами.

В XI в. льноводство и льняные одежды настолько широко распространяются на Руси, что в судебные уложения Ярослава Мудрого вошла статья о наказаниях за кражу льна и льняной одежды. Была определена покровительница льноводства Святая Парасковия — льняница и праздник ее, приуроченный к дню окончания льняной страды — 28 октября. К XVI в. льноводство становится на Руси традиционным промыслом, важной статьей экспорта и национальной гордостью. Начинает работать первая в России канатная фабрика, совершенствуется ткачество. Русские мастерицы умели прясть такую тонкую нить, что работать с ней можно было только в сыром и холодном подвале. В сухом и теплом помещении такая нить рвалась. А из этих нитей создавали знаменитые кружева — бланды.

Реформы Петра I и развитие морского флота дали новый толчок развитию льноводства. Благосостояние многих крестьянских хозяйств северо-запада России целиком зависело от урожая льна. Его пытались прогнозировать по различным приметам:

Росы с Федора — к урожаю льна и конопли.
На Марию сильные росы — льны будут серы и косы.
Хорошо рябина цветет — к урожаю льна.
Длинные капельники — долгий лен.
Земля при запашке коренится — лен будет волокнистым.
Белье (зимой) долго не сохнет, льны нехороши будут.
Урожай сморчков — к урожаю льна.

Все работы в поле также были регламентированы и обставлялись обрядом. К 21 мая приурочивались посевы льна. При посеве женщины раздевались донага, чтобы лен, глядя на них, сжалился и получше уродился. Опытные льноводы утверждали:

Лен с ярью не ладит.
Кукушка закуковала — пора сеять лен.
Лен сей в последнюю четверть.
Лен две недели цветет, четыре недели спеет, на седьмую семя летит.
Овсы да льны в августе смотри.
Лен стели к бабьему лету, а подымай к казанской.
Мни и топчи льны с половины грязника.
Парасковии льняницы: мнут лен и приносят первинки для приклада в церковь.

В народном фольклоре лен представлен в большом количестве загадок, поговорок, частушек, песен:

Мал малочек — в сыру землю зашел, синю шапку нашел.
Шел я в осень, нашел я восемь, мясо бросил, шкурку износил, а голову съел.
Сам жиляный, ножки глиняны, голова масляна.
Топили, колотили, мяли, трепали, рвали, крушили, ткали и на стол послали.
Посеешь лен — пожнешь золото.
Мни лен доле, волокна будет боле.
Удастся лен, так шелк, не удастся, так щелк.
У нас с тобой и лен не делен.

Сегодня ветреный денек,
В поле дергала ленок.
Заиграл в тальянку он —
Перестала дергать лен.

С давних пор применяли лен в лечении разных заболеваний, используя главным образом льняное семя.

Авиценна пишет: «Льняное семя помогает от язв мочевого пузыря и почек. Отвар льняного семени, если его применить в клизме с розовым маслом, приносит большую пользу при язвах в кишках. ...Льняное семя помогает от слизистого кашля, особенно пережаренное».

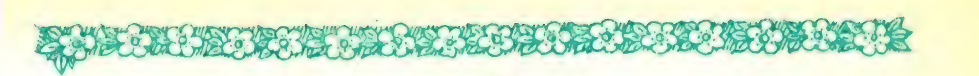
В народной медицине при хронических запорах рекомендуется перед сном выпивать по одному стакану настоя семени льна. Настой пьют вместе с семенами. При поносах делают клизмы отвара льняного семени. Вместе со стручками фасоли, листьями черники и овсяной соломой рекомендуют в виде отвара при сахарном диабете. Для приготовления отвара берут три столовые ложки смеси, заливают тремя стаканами холодной воды, варят 10 мин, затем настаивают 45 мин и пьют по $^1/_4$ стакана 3 раза в день.

Научная медицина рекомендует отвар семени льна при воспалительных и язвенных заболеваниях слизистых оболочек желудочно-кишечного тракта, а также при отравлениях как обволакивающее.

Наружно при местных воспалительных заболеваниях применяют припарки из семени льна. Жирное масло, получаемое из семян льна, содержит большое количество ненасыщенных жирных кислот и используется для получения препарата «Линетол» противосклеротического действия.

Лен обыкновенный — однолетнее растение с тонким ветвистым стеблем высотой до 1,5 м. В зависимости от разновидности льна стебель может быть более или менее разветвлен. Листья тонкие, ланцетовидные, расположены поочередно. Цветки голубые, пятичленные, с двойным околоцветником. Пыльники темно-синие. Плоды — шаровидные коробочки с 8—10 сплюснутыми семенами. Семена темно-коричневые, блестящие, на вкус маслянистые. При обливании водой быстро ослизняются, так как слизь содержится в наружном слое семенной кожуры. Цветет в июне — июле, семена созревают в июле — августе. Поле цветущего льна вызывает восхищение своим необыкновенным голубым цветом, и об этом говорится во многих поэтических произведениях. Семена льна содержат свыше 40 % жирного масла, слизь, белки, гликозид линамарин, каротин. Льняное волокно, льняное масло широко используются промышленностью для получения разнообразных изделий.





Ты ощущений вкусовых узнаешь пять,
Когда лиану тонкую найдешь
С лимонным запахом коры ее и листьев.
Гроздь красных ягод, коль сумеешь снять,
Прибавит сил тебе в пути твоем неблизком.
И блеском глаз ты удивишь себя,
Когда заглянешь в зеркало ручья.

А. Бузни



имонник китайский — *Schizandra chinensis* (Turcz.) Baill. Сем. Лимонниковые — Schizandraceae

Родовое латинское название *Schizandra* образовано от греческих слов «schizo» — разделять и «andros» — мужчина и связано с раздельнополыми цветками; видовое название *chinensis* дано по месту произрастания (China — Китай). Русское название растения обусловлено сильным лимонным запахом листьев, стеблей.

В Китае его называют «увейцзы» — ягодой пяти вкусов. Утверждают, что оболочка плодов сладкая, мякоть очень кислая, семена жгучего вкуса и терпкие, а приготовленное из них лекарство приобретает соленый вкус.

История применения лимонника в китайской медицине насчитывает не менее 15 веков. Рассказывают, что лекарственные свойства лимонника были открыты совершенно случайно. Молодой угольщик по имени Лу Бан, пережигавший уголь в глухой тайге, с риском для жизни добыл драгоценный корень женьшеня. И теперь он нес его больному отцу — ведь только корень жизни мог помочь старику (по другой версии корень жизни предназначался больной невесте). Юноша очень спешил, не взял достаточно пищи и очень мало отдыхал. Путь в горах оказался очень трудным. Припасы у него кончились, одежда изорвалась, ноги покрылись ранами. На шестой день

он свалился, запутавшись в цепких лианах. Мысль о больном отце не оставляла его. Лежа на спине и теряя сознание от голода и усталости, он вдруг увидел прямо над собой сочные гроздья ярко-красных ягод увейцзы. Последним усилием он потянулся за ягодами, сорвал несколько штук и положил в рот. Случилось чудо: он сразу почувствовал прилив сил и смог продолжить свой путь.

В китайской медицине лимонник по популярности стоит на втором месте после женьшеня и в старину обязательно включался в списки податей, выплачиваемых императору. В китайской медицине он применялся издавна и до настоящего времени употребляется для восстановления сил и как тонизирующее средство. Лимонник поддерживает энергию в организме и придает блеск глазам. Китайские врачи назначают его также при дизентерии, кашле, бронхиальной астме, морской болезни, неврастении и импотенции.

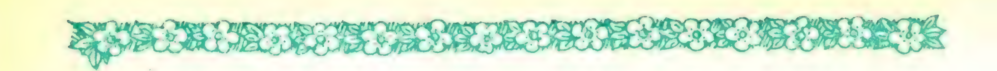
Впервые в России и Европе о лимоннике узнали в первой половине XIX в., после того как его подробно описал ботаник Н. С. Турчанинов. В 1895 г. ботаник В. Л. Комаров записал рассказы гольдов-охотников о применении ими ягод лимонника. Отправляясь в многодневную охоту на соболя, охотники обычно не брали с собой большого запаса пищи, а обходились горстью сухих плодов. Эти ягоды позволяли охотнику без еды и отдыха целый день преследовать соболя и оставаться бодрым и зорким. Но первое серьезное изучение лимонника было проведено только в 1942 г. с началом Отечественной войны. В результате этих исследований препараты лимонника поступили в госпитали для восстановления сил раненых.

Доказано, что принятые внутрь плоды лимонника способствуют длительному сохранению сил у лиц, занятых тяжелым физическим трудом. Он повышает трудоспособность, устраняет сонливость, обостряет зрение. Врачи отмечают, что каких-либо нежелательных побочных действий лимонник не оказывает. С лечебной и профилактической целью принимают настойку лимонника, порошки и таблетки из плодов.

Лимонник китайский — многолетняя деревянистая лиана с длиной побега до 15 м. При толщине ствола, не превышающей 2 см, она нуждается в опоре и высоко взбирается на растущие рядом деревья, обвивая их спирально и непременно против часовой стрелки. Листья расположены поочередно или пучками по нескольку вместе. Форма их эллиптическая и они слегка мясистые. Цветки мелкие, по одному в пазухах листьев, раздельнополые. Они имеют простой восковидный околоцветник белого или розового цвета, очень душистые. Мужские цветки расцветают первыми. Женские цветки имеют большое количество пестиков, поэтому из них развивается сборный плод, имеющий вид виноградной кисти, состоящей из большого количества красных сочных округлых плодиков. Внутри каждого плода имеются по два почковидных семени. Плоды созревают в августе — сентябре и остаются на ветках после опадания листьев. Во время цветения и плодоношения лимонник очень красив. Продолжительность цветения 2—3 недели. Размножается преимущественно вегетативно.

Ареал ограничен: распространен в Приморье, Приамурье, на юге Сахалина и на Курильских островах. Предпочитает песчаные почвы на берегах рек и озер на высоте 200—500 м над уровнем моря. Культивируется в европейской части страны, а при условии укрытия на зиму — даже на широте Петербурга. В молодом возрасте теневынослив, но обильно плодоносит только в условиях хорошей освещенности. В плодах имеются органические кислоты, сахара, витамины. Семена содержат эфирное масло и схизандрин, который считается главным действующим веществом. Схизандрин относят к группе лигнанов — димеров фенилпропана. В коре, семенах и листьях содержатся эфирные масла различного состава. Листья и молодые побеги используют для заварки чая. Плоды идут на приготовление соков, напитков, варенья. Из семян готовят настойку лимонника.





Как здесь свежо под липою густою —
Полдневный зной сюда не проникал,
И тысячи висящих надо мною
Качаются душистых опахал.

А. Фет



ипа сердцевидная (липа мелколистная, лубняк, лычник, мочальник) — *Tilia cordata* Mill. Сем. Липовые — Tiliaceae

Родовое латинское название встречается у многих римских писателей, происходит от греческого слова ptilon (крыло) и дано дереву из-за крыловидных прицветных листьев, сросшихся с цветоносом.

Видовое название *cordata* обозначает «сердцевидная» и связано с формой листьев. Русское наименование имеет древнее происхождение и происходит от слова «липати» — липнуть, из-за липкого сока и клейкости молодых листочков. Родственные слова встречаются у балтийских и кельтских народов.

Древние славяне считали липу деревом богини любви и красоты Лады, вокруг старых лип девушки водили хороводы; в Западной Европе липа посвящалась хранительнице домашнего очага, весенней богине Фрее. О липе пишут в своих произведениях античные писатели Вергилий, Овидий, Плиний, называя ее «золотым деревом». В Европе липа считалась священным деревом. Ее высаживали во дворах замков, на городских площадях. Под липами проходили собрания, на которых решались общие дела. На Кавказе липу тоже почитали как священную. Срубить и сжечь липу считалось величайшим проступком, ее старались высадить вокруг церкви и до сих пор

некоторые старинные церкви утопают в зелени старых лип. Липа изображена на гербе старинного латвийского города Лиепае.

Использование липы в медицине известно с древнейших времен. Славяне широко использовали липовый уголь — им посыпали гниющие раны, а внутрь принимали при желудочно-кишечных заболеваниях и отравлениях. Разваренная липовая кора дает много слизи и ее употребляли для лечения ожогов, свежих ран. Измельченные свежие почки и свежие листья использовали для повязок в качестве противовоспалительного и болеутоляющего, свежими листьями обвязывали голову при головной боли. Порошок из листьев употребляли для остановки носовых кровотечений, липовые орешки — для остановки внутренних кровотечений. А настой цветков липы считался лучшим потогонным средством при простудных заболеваниях. Он также использовался при головной боли, обмороках и как противосудорожное средство. Таким образом, практически все органы растения считались целебными.

В научной медицине используются только цветки липы вместе с прицветниками в качестве потогонного средства. Настой цветков врачи рекомендуют также для полоскания полости рта, зева при ангине. Готовят его следующим образом: одну столовую ложку цветков, нарезанных до размеров 5 мм, заваривают одним стаканом кипятка, настаивают 20 мин и процеживают. Используют горячим. В лекарственных сборах липу сочетают с малиной, ромашкой, корой дуба. Например, готовят отвар из цветков липы и листьев мяты перечной (по 10 г), семян льна, корня солодки, корневища аира болотного, плодов фенхеля (по 20 г). Принимают по $^2/_3$—$^3/_4$ стакана отвара 3 раза в день за 30 мин до еды при повышенной кислотности желудочного сока. Или отвар из плодов фенхеля и цветков ромашки (по 30 г), цветков липы (40 г) принимают по $^1/_2$—$^2/_3$ стакана 2—3 раза в день до еды при язвенной болезни желудка и двенадцатиперстной кишки.

Говоря о целебных свойствах липы, нельзя не сказать о липовом меде. Как медонос липа не знает себе равных. Подсчитано, что на 1 га липового леса распускаются 17 млн. цветков липы с общим запасом нектара 1,5 т. В хорошие годы одна пчелиная семья собирает с липы 5 кг меда в день. Лучшим по качеству и по целебным свойствам считался прозрачно-чистый светлый мед липы. Это о нем говорил Рудый Панько в «Вечерах на хуторе близ Диканьки»: «...а меду, и забожусь, лучшего не сыщете на хуторах. Представьте себе, что как внесешь сот — дух пойдет по всей комнате, вообразить нельзя какой: чист, как слеза или хрусталь дорогой, что бывает в серьгах». На протяжении тысячелетий бортничество было традиционным промыслом славян. В XVIII в. писали: «Меду в ... государстве неудобь сказаемое множество, не столь много в уллях, сколько в дуплах по лесам». Мед и воск были традиционными статьями экспорта в России. Лучшим считался липовый мед в сотах и в липовой же таре и применялся как незаменимое противопростудное средство. Медом же лечили раны, кожные заболевания.

Липа сердцевидная — крупное дерево с высоким стройным ство-

лом. Средняя продолжительность жизни липы 300—400 лет, отдельные деревья могут доживать до 1000 лет. В Киеве возле Десятинной церкви сохранилась липа, возраст которой близок к 1000 годам.

Листья у липы сердцевидные, с вытянутой верхушкой. Весной у них появляются розовые парные прилистники, вскоре опадающие. Цветки правильные, желтоватые, душистые, собраны по 3—15 в щитковидные соцветия. Ось соцветия наполовину срослась с ланцетовидным прицветным листом. Цветки с пятью свободными лепестками и 30 тычинками, которые срослись в пять пучков. Плоды — орешки шаровидной формы.

Цветет липа в июне — июле в течение 2—3 недель в зависимости от погоды. На Украине июль называют «лыпень» — месяц цветения липы. В это время в хорошую погоду ее крона гудит от множества опыляющих ее пчел. Липа — морозоустойчивое растение, способное переносить морозы до 40—45 °С, поэтому область ее географического распространения обширна: она занимает территорию всей лесной и лесостепной зон страны. В Западной Сибири имеются отдельные изолированные участки. У западных границ ее ареал смыкается с ареалом западноевропейского вида — липой крупнолистной (*T. platyphyllos* Scop.). В Крыму и на Кавказе кроме липы мелколистной растут и другие виды. Чистые леса липа образует только в Башкирии. Теневынослива, устойчива в задымленном и запыленном воздухе городов, выдерживает обрезку и пересадку во взрослом состоянии. Но в условиях города редко доживает до 60—70 лет.

Благодаря этим свойствам, по словам Б. В. Гроздова, липа в российских городах «по праву занимает... первое место и почитается ... не меньше, чем пальма у арабов, оливковое дерево у греков и смоковница у индусов».

Ей, цветущей в городе, посвящены строки Г. Метельского:

Липа цветет. И опять над бульваром
Будто разлит одуряющий мед,
Будто охвачен пахучим пожаром
Город, в котором липа цветет.

Липа была любимым деревом в деревенских усадьбах и парках. Еще и сейчас в разных уголках нашей страны на месте старинных парков доживают 100—200-летние липы. В отдельных случаях сохраняются целые липовые аллеи. Известна липовая аллея в с. Михайловском, где гуляла А. П. Керн; липовая аллея в Ясной Поляне, ведущая к могиле Л. Н. Толстого; в парке имения Гончаровых в селе Полотняный завод и в других местах. В парках высаживали главным образом западноевропейскую липу крупнолистную, которая цветет примерно на две недели раньше липы сердцевидной.

Липа широко использовалась в хозяйственной деятельности крестьян России. Существовала поговорка: «Сосна кормит, липа обувает». Подсчитано, что еще в 1889 г. лыковые лапти носили 25 млн. русских крестьян. А так как они быстро изнашивались (в дорогу идти — пятеро лаптей сплести), то в год одному человеку нужно

было до 40 пар лаптей. Много липы в старое время шло на производство рогож, лыковых веревок, коробов, кулей. Для этих целей изводились целые липовые леса. «Только лубочек слупил — и липки не стало». Не случайно во многих местах липовые леса у нас целиком порослевого происхождения.

Мягкая, легко полирующаяся, не растрескивающаяся при высыхании липовая древесина ценилась в крестьянском быту. Из нее делали чашки и ковши, подносы и блюда, телеги и сани, ювелирные изделия и сувениры, игрушки и наличники. И в военном деле ее использовали: из липового луба плели колчаны для стрел, чехлы и ножны для топоров и секир, из древесины изготовляли воинские щиты.





Не тот лопух, что в зарослях у стен,
А тот, кто, мучаясь подагрой и лысея,
Лопух ногою топчет, между тем,
Познать целебность корня не умея.

А. Бузни



опух большой (репейник, дедовник) — *Arctium lappa* L. Сем. Астровые — Asteraceae

Родовое латинское название *Arctium* произошло от древнегреческого «arctos», обозначающего север, медведь, *lappa* — переводится как «северный или медвежий репейник», «медведь цепляющийся».

Русское название «лопух» произошло от древнерусского «лоп» — лист, растение получило его из-за широких листьев. Даже само слово «лопух» приобрело нарицательное значение и в разговорной речи применяется ко всем растениям с крупными листьями, а также к людям простоватым, которых ничего не стоит обмануть. В этом отразилось представление о лопухе как о самом обычном растении, которое можно встретить под любым забором и в каждой канаве. И кажется, что нет ничего проще лопуха. А между тем уже в древности его отличали как лекарственное растение. В своей работе «Materia medica» его упоминает Диоскорид. Из летописей известно, что в лекарственных целях широко использовал лопух врач Александра Невского.

Народная медицина применяет корни и листья лопуха как испытанное мочегонное и потогонное средство. В виде отваров, настоек, мазей он употребляется при лечении кожных заболеваний, при ревматизме и подагре. Для приготовления настоя одну столовую ложку корней, измельченных до 3 мм, заливают двумя стаканами кипящей

воды и настаивают 2 ч, затем процеживают. Пьют горячим по полстакана 3 раза в день. Листья и корни лопуха, сваренные в воде и растертые со сливочным маслом, рекомендуются для лечения ожогов. Листья прикладывают при кожном зуде и при головной боли.

В научной медицине корни лопуха применяли в виде отваров. Из них готовили популярное репейное масло. Для этого 75 г свежего корня заливали 200 г любого жирного масла (подсолнечного, миндального, оливкового), настаивали в течение суток, а затем на медленном огне варили 15 мин и процеживали. Применяли его для ращения волос при начинающейся плешивости, а также при различных кожных заболеваниях и в качестве мочегонного средства. Смесь из равных частей корня солодки, лопуха и одуванчика, плодов фенхеля, коры крушины принимают в виде горячего отвара по $^1/_2$—$^2/_3$ стакана за 30 мин до еды 3 раза в день для повышения функции пищеварительных органов и почек.

Лопух большой — крупное двулетнее травянистое растение. На первый год образует только розетку широких сетчато-морщинистых листьев, а на второй — высокий (до 1,5 м) ветвистый стебель. Стеблевые листья меньших размеров, яйцевидные по форме, с нижней стороны обильно опушены. Цветки все трубчатые, розово-пурпурные, собраны в шаровидные корзинки на концах побегов. Корзинки имеют прижатые листочки обвертки, на верхушке крючковато загнутые. Благодаря этим крючкам корзинки с созревшими семянками цепляются за одежду проходящего человека, за шерсть животных и разносятся на значительные расстояния. Из-за этого лопух и стал символом навязчивости. Широко известна поговорка: «Привязался как репей».

В Японии лопух под названием «габо» стал популярным, но не совсем изысканным овощем. О нем рассказывается в следующей легенде. При первом знакомстве габо не хотел навязываться человеку, а только старался обратить на себя его внимание: уж очень хотел он подружиться с могущественным властелином земли. Но люди обычно равнодушно проходили мимо или даже ругали габо за навязчивость. Только один старый бедный крестьянин взглянул на него приветливо и стали они с тех пор друзьями. На многих крестьянских полях в Японии можно видеть заботливо ухоженные грядки лопуха, используемого в пищу.

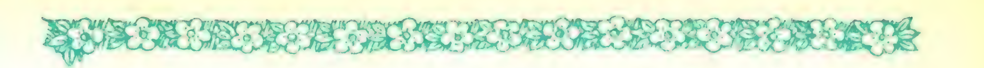
Распространен лопух повсеместно по всей европейской части страны и в Сибири. Ботаники утверждают, что до 1815 г. лопух не был известен во Франции. Он появился там со вступлением русской конницы в Париж после разгрома Наполеона. Предполагают, что он был занесен туда вместе с фуражом русской армии. Сейчас по всей Южной Европе это самое обычное сорное растение.

Корни лопуха первого года жизни толстые и сочные. На плодородной почве они достигают 60 см длины при 5 см толщины. К осени они накапливают до 40 % полисахарида инулина. Кроме того, они содержат дубильные, горькие, жироподобные вещества, лигнаны, белки. После отваривания или поджаривания корни пригодны в пи-

щу. Из размолотых в муку корней выпекали хлеб, использовали как суррогат кофе. Корнями лопуха заправляли супы, из них варили варенье, пекли лепешки и жарили котлеты. Однако при употреблении в пищу больших количеств лопуха возможны отравления. По этому поводу говорят: «Трава лопух, от нее живот распух».

Корни второго года жизни становятся деревянистыми и ни в пищу, ни в качестве лекарственного сырья не используются. В корнях содержится небольшое количество эфирного масла, которое называется бардановым и применяется в парфюмерии.





...Да живет и не ведает каждый страданья,
Кто натощак ежедневно головки лука съедает.

«Салернский кодекс здоровья»



ук репчатый — *Allium cepa* L.
Сем. Луковые — Alliaceae

Родовое латинское название *Allium* произошло от кельтского all — жгучий и связано со жгучим вкусом, характерным для всех органов лука. Видовое название *сера* в переводе с кельского обозначает «голова» и связано с формой луковиц.

Родина лука репчатого Средняя Азия, юго-западная Азия и Средиземноморье. Распространен он во всем мире в качестве овощного растения. Культивировать его начали за 4000 лет до н. э. Всегда и везде людей удивляли необычный внешний вид этого растения и его необыкновенные свойства. По представлениям древних, многослойность луковицы напоминала о строении Вселенной, где Солнце, Луна и звезды движутся в разных сферах вокруг Земли, и поэтому ее использовали как модель при объяснении строения Вселенной. В Древнем Египте лук почитали священным растением. Его посвящали богине Изиде и воздавали почести как божеству. Египтяне даже торжественно клялись луком. Пучки лука находили в саркофагах вместе с мумией. В одной из надписей на крупнейшей египетской пирамиде фараона Хеопса рассказывается, сколько серебра было истрачено на приобретение лука и чеснока для строителей пирамиды. В Древней Греции и Риме считали, что лук — носитель таких свойств, как храбрость, энергия, сила и поэтому обязательно включали его в рацион для солдат.

А способность лука долго сохраняться под защитой лишь тонкой

чешуи указывала на его охранные, обороняющие свойства. И вот в средние века широко используют амулеты из лука. Вера в их охраняющую силу была так велика, что даже английский король Ричард Львиное Сердце, известный своей жестокостью, носил на шее луковый амулет. Во время крестовых походов за восемь луковиц у сарацинов можно было выкупить одного пленного француза.

В России во время эпидемий во всех домах вывешивали связки лука и верили, что он охраняет обитателей дома от болезней. А уж на лечебные свойства лука надеялись особенно и лечили им самые разные болезни. Лук использовали Гиппократ и Диоскорид. Восточная поговорка гласит: «Лук, в твоих объятьях проходит всякая болезнь». Авиценна пишет: «Луковый сок полезен при загрязненных ранах; с куриным жиром он помогает от ссадин на стопах... Луковый сок с медом помогает от ангины».

В «Салернском кодексе здоровья» читаем настоящий гимн луку:

...Тот, кто себе поутру натирает луковым соком
Зубы, зубной, говорят, никогда не изведает боли;
Луковок с хлебом поешь, — прекратятся во рту изъязвления.
Тот, кто вареными их, окуная в масло, отведал,
Дизентерии внутри укротит болевые укусы.
Лука головками, часто втирая их тертыми, сможешь
Лысой вернуть голове красоту, что утрачена ею.
Запах излечат во рту и они же изгонят брезгливость,
Их же советуют также к узлам прилагать геморройным.
Луковый сок очищает глаза от грозящего мрака... .

В лечебнике «Алимма» Евпраксии (Зои), внучки Владимира Мономаха, дается рекомендация по лечению ран печеным луком вместе с квашеным тестом.

В русской народной медицине лук пользовался особым почетом. Об этом свидетельствуют множество пословиц, бытующих на Руси. Вот некоторые из них:

Лук да баня все правят.
Лук семь недугов лечит.
Лук да редька, лук да капуста лихого не попустят.
Кто ест лук, тот избавлен от вечных мук.

А вот рекомендации для больных:

Наешься луку, ступай в баню, натрись хреном да запей квасом.

Известно, что Иван Грозный лечил нарыв на ноге печеным луком. Лук использовали при нагноительных процессах, простудах, цинге, заболеваниях печени и почек, базедовой болезни, глазных заболеваниях и многих других. Водные отвары луковой шелухи применяли для укрепления волос и уничтожения перхоти. Это понятно, если учесть, что лук был лекарством, которое всегда было под рукой. Лук — овощ бедняков. Все знают героя сказки Д. Родари мальчика-луковку Чипполино. Ни одна хозяйка даже в самом бедном доме не могла обходиться без лука.

Голь голью, а луковка во щи есть.
В нашем краю словно в раю: рябины да луку не переешь.

В настоящее время научная медицина применяет препараты репчатого лука при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, для повышения аппетита, при гипертонической болезни и атеросклерозе, при некоторых гинекологических заболеваниях. Подтверждено его сильное бактерицидное действие, которое проявляется не только при непосредственном контакте, но и на расстоянии, благодаря летучим фитонцидам, в большом количестве содержащимся в луке.

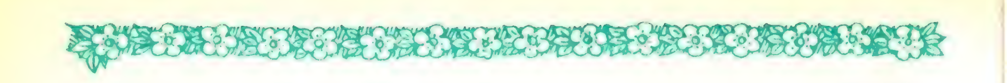
Лук репчатый — многолетнее луковичное растение с подземной луковицей, покрытой сухими полупрозрачными чешуями. Листья в прикорневой розетке появляются из луковицы ранней весной. Листья темно-зеленые, дудчатые, внутри имеют специфический запах и острый жгучий вкус. Цветочная стрелка появляется на второй год, одиночная, тоже полая, заканчивается соцветием простой зонтик. Цветки мелкие, белые. Цветет в июне — августе, плоды созревают в августе — сентябре. Культивируется повсеместно. Химический состав луковиц очень богат. Он содержит комплекс сахаров, эфирное масло, ферменты, гликозиды, флавоноиды, соли кальция и фосфора, витамины. В сухой наружной чешуе содержится коричневый краситель.

Повезло луку и в фольклоре. Вот только некоторые из широко известных загадок:

Русские.	Все меня любят, а как раздевать — слезы проливать.
	Сидит дед, многими шубами одет; кто его раздевает, тот сам слезы проливает.
	Антипка низок, на нем сто ризок.
Коми-пермяцкая.	Я весь из кожи, а люди едят.
Калмыцкая.	У овцы на холодную зиму сто шуб.
Армянская.	Десять шуб имеет, ни одна не греет.
Осетинская.	На статной девице семь архалуков.
Узбекская.	Под землей невелик в золотой шубе старик.
Таджикская.	Голова внизу, а хвост наверху.
Молдавская.	Берешь в руки — смеешься, когда раздеваешь — плачешь.
Литовская.	У красного было девять кож, кто будет их сдирать, будет горько рыдать.
Ногайская.	Не ударив, не побив, заставит плакать.
Марийская.	Зимою репа, летом веретено.

География загадок свидетельствует о необычайной распространенности и популярности этого лекарственного и овощного растения.





Когда стемнеет, сонм благоуханий
К ночной фиалке путника влечет.

А. Бузни



юбка двулистная (бальзам дикий, ночная фиалка, ночница, ночная красавица, любовный корень) — *Platanthera bifolia* L.
Сем. Орхидные — Orchidaceae

Родовое латинское название *Platanthera* произошло от двух греческих слов: «platys» — широкий, равнина и «anthera» — пыльник. Видовое название *bifolia* двулистная, так как растение имеет два листа.

Многочисленные народные названия растение получило за сильный приятный аромат, усиливающийся ночью. С этим же связаны и многочисленные народные предания, посвященные растению. Одно из самых поэтичных сложено в Латвии.

Жили в одном селе молодой парень Янис и девушка Занэ. Полюбили они друг друга и были счастливы. Красавица Занэ больше всего на свете любила собирать цветы, они вместе с матушкой Вайдуле знали их великое множество, знали, какая трава какие лечит болезни и даже от запаха какого цветка какой привидится сон. Летом, весной и осенью Занэ сама отправлялась в поля за пахучими травами, так как матушка ее была стара и не могла ходить далеко. Любимым праздником молодежи в те времена была Янова ночь (ночь на Ивана Купалу). Девушки и парни в эту ночь собирались на лесных полянах, пели песни, танцевали, украшали себя венками из лесных цветов. Рассказывали, что самые красивые цветы росли в Черном бору, и раз в году на Янову ночь расцветал там чудный

цветок с необыкновенным ароматом. Но этого мало: кто имел этот цветок, того ждала удача во всех делах и долгая счастливая жизнь. Прибавляли при этом, что стерег тот цветок страшный леший и добыть его было трудно. Но Занэ была храброй девушкой и решила подарить этот цветок своему жениху. Она уговорила Яниса отпустить ее в Черный бор на поиски чудного цветка. В лесу она почувствовала чудесный аромат, доносившийся с поляны и направилась к ней. Только хотела сорвать невиданный цветок, как схватил ее страшный леший и превратил в ночную фиалку. Леший нарочно заманивал прекрасным цветком самых красивых девушек и превращал их в ночные фиалки. Долго искал верный Янис свою любимую, но так и не нашел ее. Но под Янову ночь, когда расцветает душистая ночная фиалка, Яниса всякий раз донимает непонятная тревога. Этой ночью он бродит по лесу и, когда находит поляну, поросшую ночными фиалками, ложится вблизи, любуется ими и вдыхает их неповторимый аромат. Но ни разу ни одного стебелька он не сорвал, их хрупкие стебельки так напоминали ему его невесту. Так и осталась Занэ навсегда ночной фиалкой, а Янис не мог забыть ее до конца жизни.

У любки двулистной множество родственников, ведь она принадлежит к обширному семейству Орхидных, насчитывающему более 20 000 видов. Но большинство их живет во влажном тропическом климате и имеет яркие крупные цветки, у орхидей же умеренного климата цветки небольшие и неярко окрашены. Большинство лишено запаха. Рядом с любкой двулистной часто можно встретить ятрышник мужской (*Orchis mascula* L.), отличающийся от нее пурпурно-красными цветками и продолговатыми в крапинку листьями.

Из-за этих крапинок ятрышник известен в народе под названием «кукушкины слезки». По обычаю, на «зеленой неделе» в начале лета девушки отправлялись в лес водить хороводы. Песни свои и пожелания адресовали кукушке, которая исстари считалась вещей птицей. А так как увидеть кукушку трудно, то песни свои они адресовали небольшому цветку с пятнистыми листьями, считая, что эти пятнышки не что иное, как слезы кукушки. А появились они так. Жила в деревне бедная женщина и было у нее трое сыновей. Сыновья росли богатырями, только были неумелыми и совсем не помогали матери. Она надрывалась на тяжелой работе, работала с раннего утра до позднего вечера, для того чтобы им жилось легко и удобно. Но когда она заболела, сыновья даже воды ей не принесли. От горькой обиды превратилась мать в кукушку и улетела от неблагодарных. А когда прошло время и обида ее улеглась, жалко ей стало непутевых детей, ни к чему не приспособленных, и заплакала она от жалости к ним. Там, где падали ее слезы, выросли красивые цветы, но без запаха и отмеченные пятнышками — следами горьких материнских слез.

У всех видов любок и ятрышников в лечебных целях используются клубни, имеющие товарное название «клубни салепа». Применение их известно с глубокой древности. Авиценна пишет: «Он очищает язвы, препятствует распространению герпеса, открывает почечуйные шишки и заживляет злокачественные и разъеденные язвы».

В народной медицине клубни салепа давно известны как средство, поддерживающее силы у тяжелых, сильно ослабленных больных. Применяются они также при лечении женских болезней, лихорадки, зубной боли. Издавна пользуются славой приворотного зелья. Отсюда народное название — любовный корень.

Авиценна по этому поводу пишет: «Если мужчина съест более крупный вид ятрышника, то он станет порождать мальчиков, а если меньший вид съест женщина, она будет рожать девочек».

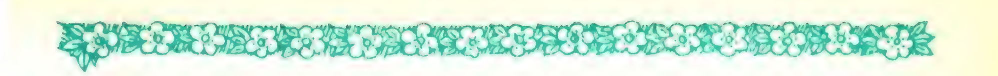
Любка двулистная — травянистый многолетник с двумя продолговатыми клубнями под землей. Один из них обычно дряблый, истощенный, прошлого года, другой плотный, молодой, текущего года. Стебель один, 20—60 см длиной, не разветвлен. Имеет два продолговатых темно-зеленых и блестящих листа. Цветки белые, мелкие, собраны в соцветие кисть с сильным приятным своеобразным запахом. Цветки с верхней и нижней губой и длинным шпорцем, содержащим нектар.

Опыляется растение ночными бабочками. Цветет любка в июне — июле. Плод — коробочка. Растет на влажных лугах и лесных полянах в лесной зоне европейской части страны, в Западной Сибири, в горах Крыма, Кавказа, Алтая, Саян. В клубнях содержатся слизь, крахмал, сахара. На Востоке из клубней салепа готовят прохладительные напитки.

Все наши орхидеи — постепенно исчезающие растения. Необычная форма цветка, а у любки двулистной еще и чудесный запах привлекают сборщиков цветов. В период их цветения на рынках часто появляются продавцы с букетиками ночных фиалок. Повсеместно приняты постановления по охране этих чудесных растений, а заготовка их клубней в качестве лекарственного сырья запрещена!

При пересадке из леса в сад не приживаются, так как лишаются специфической микоризы, без которой их нормальная жизнедеятельность невозможна.





В этом разделе безделок моих помянуть подобает
Мак, посвященный Церере, который, горюя безмерно
О похищении девы и этим желая умерить
Невыразимую скорбь, говорят, поела Латона.

Валафрид Страбон



Мак снотворный — *Papaver somniferum* L.
Сем. Маковые — Papaveraceae

Родовое латинское название *Papaver* произошло от греческого «pavas» — молоко, так как все органы растений содержат млечный сок. Видовое латинское название *somniferum* в буквальном переводе означает «сон несущий». Русское название произошло от дославянского слова «magh» — тереть, измельчать, из-за мелкости семян.

В преданиях и сказаниях народов многих стран мак связан с образами сна и смерти. Древние греки верили, что живут в подземном царстве Аида два брата-близнеца: Гипнос (Морфей у римлян) — бог сна и сновидений и Танат — бог смерти. Прекрасный юный крылатый бог Гипнос носится над землей с маковыми головками в руках, на голове у него венок из маковых цветов. Льет из рога снотворный напиток, и никто — ни смертные, ни боги — не в силах противиться ему, даже могучий Зевс. Все, кого касается он цветком мака, погружаются в сладкий сон, ведь в каждом цветке мака покоятся легкие сны. Даже жилище Гипноса, царство сна, изображали засаженным растениями мака.

Родной брат Гипноса — ужасный бог смерти Танат, которого боялись и ненавидели и боги, и люди. От его громадных черных крыльев и черного одеяния веет леденящим холодом. Никто из смертных не избегнет его. Только двум героям удалось победить бога смерти — хитрейшему Сизифу и могучему Гераклу. На голове

Танат носит венок из маковых цветов, в руках опрокинутый гаснущий факел. Мать Гипноса и Таната — богиня Ночь — также представлялась древним в одеждах, обвитых гирляндами маковых цветов.

О происхождении мака рассказывают, что после похищения Персефоны Аидом ее мать, богиня земного плодородия Деметра, в поисках дочери странствовала по земле. Безмерно страдая и не находя себе покоя, она была не в силах остановиться и отдохнуть. Боги, сочувствуя несчастной матери, сделали так, что при каждом ее шаге вырастал цветок мака. Богиня, набрав целый букет, наконец, успокаивалась и засыпала. С тех пор мак считается символом земного плодородия, а богиня Деметра (у римлян Церера) изображается в венке из колосьев злаков и цветков мака.

В христианской мифологии происхождение мака связывают с кровью невинно убитого человека. Впервые будто бы мак вырос из крови распятого на кресте Христа и с тех пор растет там, где пролилось много человеческой крови.

В средние века мак использовали в колдовстве, магии, гаданиях, предсказаниях. В Чехии сохранился следующий обычай. Перед Новым годом девушки насыпают себе под рубашку горсть семян мака, а затем в своей комнате подсчитывают количество оставшихся. Сколько зернышек останется, столько будет ухажеров в новом году.

Культура мака — одна из древнейших. Семена его находят при археологических раскопках среди остатков пищи людей каменного века. Из письменных источников известно, что культивировали его в Древнем Шумере и Ассирии. Достоверно известно, что в Древнем Египте его уже использовали как снотворное средство. В районах, прилегающих к Средиземному морю, культура мака как пищевого растения известна многие тысячелетия. На острове Крит сохранились изображения маковых головок периода микенской догреческой культуры. О снотворном действии макового сока знали во времена Гомера. В «Илиаде» при описании пиршества у царя Менелая по поводу одновременной свадьбы его сына и дочери упоминается о соке мака — «горе усладном, миротворящем, сердцу забвение бедствий дающем». Сок этот Прекрасная Елена, виновница Троянской войны, подливала в круговую чашу гостям.

Получение млечного сока мака — опия в современном понимании известно со времен Гиппократа и Теофраста. В средние века арабы распространили опий в качестве лекарственного средства в странах Европы, но пользовались им мало; он являлся главным образом составной частью териака. В Индии опий знали и широко использовали в медицине, оттуда он попал в Китай. После колонизации Индии Англией производство опия было монополизировано и правительство Англии предпринимало все меры для расширения торговли им. Приток опия в Китай увеличился, что заставило правительство Китая в 1820 г. запретить ввоз опия в страну. Это явилось причиной «опийной войны» в 1840—1842 гг. между Англией и Китаем. Война эта закончилась поражением Китая и, согласно договору 1842 г., Англия получила право беспрепятственного ввоза опия в страну. Развивается культура опийного мака и в самом Китае. В России с конца

XIX в. до начала первой мировой войны выращивание опийного мака и производство опия были запрещены. Контрабандные партии, захваченные на границе, сжигались. Необходимое для медицинских целей количество опия в виде округлых лепешечек ввозилось из Турции. И только в 1916 г., с началом первой мировой войны, в районе оз. Иссык-Куль были заложены первые плантации мака опийного.

Как пищевое растение мак повсеместно выращивался с незапамятных времен. Его семена, содержащие большое количество приятного на вкус жирного масла, белков, сахаров, были излюбленным лакомством; коржики, калачи и пироги с маком — непременная принадлежность русской кухни. Известны пословицы:

Черен мак, да бояре едят.
Рад Яков, что пирог с маком.
Мачок с медом — усы оближешь!

Однако в народе бытовало несколько пренебрежительное отношение к маку, как к баловству, неглавной культуре, от которой не зависит благосостояние:

В кармане-то мак, а в другом-то и так.
Семь лет маку не родило, а голоду не бывало.
Сеяла баба мак: уродится — так мак, а не уродится, ин и так.

Привлекательный внешний вид растения, красный цвет цветка породили сравнение красивой девушки с маковым цветом: красна девка в хороводе, что маков цвет в огороде.

У многих народов распространены загадки о маке, обычно в них обыгрываются красный цвет цветка, форма коробочки и большое количество семян в ней.

Русские.	На тычинке городок, в нем семьсот воевод.
	Стоит дуб, полон круп, шапочкой накрыт, гвоздиком прикрыт.
	Кину порохом, станет городом, красной Москвой, белой Литвой.
Украинская.	Стоит петух на грядке в красном колпаке.
Белорусская.	Игнат-хват, под землю пошел, красну шапку нашел, против солнца стал, красну шапку снял.
Узбекская.	Эта маленькая пиала черные крупинки собрала.

Уже среди греческих врачей было широко распространено мнение об опасности этого лекарства. Им принадлежат слова: «Поистине это лекарство, если бы его не подделывали, ослепило бы тех, кто его употребляет в виде мази», «Пользу можно получить только от его запаха, чтобы навести сон, а во всех остальных отношениях он вредит».

В арабской медицине использовались все органы растения. Авиценна рекомендовал корень мака, отваренный в воде, при воспалении седалищного нерва, в виде лекарственных повязок на лоб против бессонницы. Семена мака употреблялись как средство, очищающее грудь, и при поносах, сок мака — как обезболивающее.

В европейской медицине наиболее широко применяли мак врачи Салернской школы медицины.

Всех благороднее мак, что цветком отличается белым
Делают опий из нежных головок подобного мака, ...
... для многих
Противоядий годится, а равно лекарств всевозможных...

«О свойствах трав». *Одо из Мена*

Народная медицина использовала мак мало, в основном маковую воду или молоко, настоянные на незрелых маковых головках в качестве снотворного средства. Отсюда и поговорка: «Спит, как маковой воды напившись». Припарки из маковых головок и листьев применяли как наружное болеутоляющее средство. Получаемую из растертых семян молочного цвета жидкость — «маковое молоко» — употребляют в больших дозах (по $^1/_2$ стакана 3—4 раза в день) при геморрое и тяжело протекающем воспалении легких. Маковые семена входят также в состав противоглистных средств.

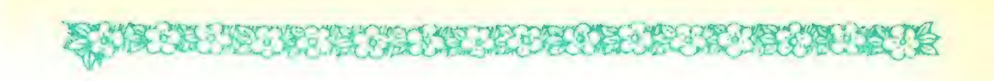
Современная медицина использует препараты мака в качестве обезболивающих, снотворных, противокашлевых и спазмолитических средств.

Мак снотворный — однолетнее травянистое растение. Стебель прямостоячий, высотой до 1,5 м, ветвится в верхней части. Листья крупные, сидячие, с неравномерно зубчатым краем. Все растение сизое от тонкого слоя воскового налета. Цветком заканчивается каждый побег, на одном растении их может быть до десяти. Цветки крупные, правильные, с четырехлепестным венчиком и двулистной зеленой опадающей при расцветании цветка чашечкой. Окраска венчика от чисто-белого до красно-оранжевого цвета. У основания лепестков чаще всего имеется темно-окрашенное пятно. Тычинок большое количество. Цветение непродолжительно. «Этот свет, что маков цвет: днем цветет, ночью опадает», — говорится в народной поговорке. Плод — яйцевидная либо округлая коробочка иногда до 6 см в поперечнике. Внутри продольно расположенных неполных перегородок находится большое количество мелких семян. Семена различной формы и окраски в зависимости от разновидности мака. Как дикорастущее мак снотворный неизвестен.

Млечный сок мака содержит более 20 алкалоидов. Коробочки мака используются на заводах для получения алкалоидов морфина, кодеина, папаверина и др.

Семена мака употребляют в пищевой промышленности и для получения жирного масла, используемого для растворения красок.





Хожу,
гляжу в окно ли я, —
цветы,
да небо синее,
то в нос тебе
магнолия,
то в глаз тебе
глициния...

В. Маяковский



Магнолия крупноцветковая — *Magnolia grandiflora* L.
Сем. Магнолиевые — Magnoliaceae

С происхождением родового названия растения связывают следующую историю. Во времена Людовика XIV во Франции предпринимались многочисленные заморские экспедиции, одной из задач которых был поиск новых лекарственных растений. Поэтому в состав экспедиций непременно включали ученых-ботаников. Шарль Плюмье, францисканский монах и ботаник, трижды побывал в Америке и каждый раз возвращался с образцами новых растений. Однажды в тропическом лесу он увидел удивительное дерево с громадными душистыми цветками. Как оно называется, установить ему не удалось и тогда он дал этому растению имя своего друга, профессора ботаники Пьера Маньоля.

О происхождении же самой магнолии рассказывается в японской легенде о девочке Кейко. Вот она. Жила бедная цветочница Кейко. Она без устали трудилась, делая бумажные цветы, но они стоили дешево и она едва зарабатывала себе на еду. Но однажды в ее комнатку залетел старый мудрый попугай. Он подружился с девочкой и открыл ей тайну, как оживлять бумажные цветы. Для этого достаточно было окропить их каплей крови. Попугай открыл тайну девочке, но просил ее никогда не отдавать последней капли крови. И Кейко стала делать чудесные живые цветы, эти цветы стоили дорого, и у девочки появились деньги. Однажды, купив себе красивое кимо-

но, она отправилась на студенческий бал. Там встретила и полюбила бедного студента Аратуми. Но Аратуми был расчетлив и корыстен. Он заставлял Кейко работать все больше и больше: ему хотелось жить в роскошном дворце среди красивых вещей. И настал момент, когда ради денег Кейко была вынуждена отдать свою последнюю каплю крови и умереть. Этот алый цветок, который Кейко оживила своей последней каплей крови, был назван Магнолией, а о Кейко осталась сказка.

В Китае распространена другая легенда. На небольшое селение, расположенное в глубине гор, напали разбойники — хунхузы. Они разорили и сожгли деревню, убили всех крестьян, оставили только сто самых красивых девушек, но и их ждала гибель после того, как разбойники отпразднуют свою победу. Все девушки были замучены и убиты, а когда подошел черед последней из них, она взмолилась: «Родная земля, не допусти, чтобы мы погибли совсем, оставь нам хоть часть жизни!» И случилось чудо. Наутро разбойники не нашли своих жертв, но посреди разоренного селения стояло прекрасное дерево со ста крупными бело-розовыми бутонами, готовыми вот-вот распуститься. Испугались злодеи, бросились на дерево, изрубили его на куски, но куда ни падала ветка дерева, там тотчас вырастало новое дерево и сто прекрасных бутонов распускались на нем. В связи с этим сказанием интересно отметить биологическую особенность растения. Температура внутри нераспустившегося бутона на 10 °C превышает температуру окружающего воздуха.

Родина Магнолии крупноцветковой — Северная Америка. Там она растет в заболоченных долинах рек вместе с дубами, вязами и другими деревьями. В Европу ее впервые завезли в 1734 г. Европейские садоводы были покорены этим прекрасным растением, началось повальное увлечение им. Каждому владельцу сада хотелось иметь у себя модный цветок. Не останавливались ни перед расходами, ни даже перед воровством саженцев из знаменитых ботанических садов. В России магнолия появилась в 1817 г. вскоре после основания Никитского ботанического сада. Более 40 лет работали ученые, чтобы приучить заморскую гостью к сухому крымскому климату и бедной почве. На Кавказе она нашла более подходящие условия и прижилась там гораздо быстрее. Сейчас магнолия — непременное украшение крымских и кавказских причерноморских парков.

В истории международной почты начала века известен случай, когда в Австралии в почтовый ящик был опущен лист магнолии с короткой надписью: «Льву Толстому». Лист был вручен адресату в Ясной Поляне — столь велика была слава русского писателя.

Несмотря на то что магнолия редкое и относительно новое для нашей флоры растение, она находит применение в народной медицине. Настойку коры молодых деревьев и плодов применяют при ревматизме и как противолихорадочное средство взамен хинной коры. Эфирное масло используется наружно при выпадении волос, свежеприготовленный водный настой листьев — при гипертонической болезни.

Научная медицина рекомендовала жидкий спиртовой экстракт

из листьев магнолии при лечении ранних стадий гипертонической болезни, но сейчас его не применяют.

Магнолия крупноцветковая — крупное (до 30 м) дерево с ширококопирамидальной кроной. Листья до 20 см длиной, широкоэллиптические, толстые, кожистые. С верхней стороны лист темно-зеленый, блестящий, с нижней — опушен ржаво-желтыми волосками. Цветки очень крупные, до 30 см в диаметре, душистые, расположены по одному. Они очень красивы и одновременно имеют примитивное строение. Околоцветник из 6—9 нежно-белых долей, тычинок и пестиков много. Плоды — сборные листовки, по внешнему виду напоминающие шишку.

В листьях магнолии найдено до 0,5 % эфирного масла с приятным запахом, гликозиды. Кора содержит алкалоиды, цветки — эфирное масло.

Эфирное масло, получаемое из листьев и цветков магнолии, используется в парфюмерной промышленности. На родине промышленное значение имеет ценная древесина.





Скажи мне, ветка Палестины,
Где ты росла, где ты цвела?
Каких холмов, какой долины
Ты украшением была?

М. Лермонтов



Маслина европейская (олива европейская) — *Olea europaea* L.
Сем. Маслиновые — Oleaceae

Родовое латинское название произошло от греческого слова «elaia» — оливковое дерево. У народов Средиземноморья маслина была самым почитаемым деревом, так как благосостояние многих государств, а нередко и жизнь, зависело от ее урожаев. «Маслина есть первое из всех деревьев», — писал римский агроном Колумелла. Наглядное представление об этом дает легенда о происхождении маслины, сложенная в Древней Греции. Долго спорили между собой бог морей Посейдон, брат великого Зевса, и Афина: кому из них владеть прекрасной Аттикой. И наконец, решили устроить состязание. Они должны были сделать подарок людям, и чей подарок будет признан более ценным, тому и будет принадлежать предмет спора. Двенадцать олимпийских богов во главе с Зевсом были судьями в этом споре. Состязание начал Посейдон. Ударил он трезубцем в бесплодную скалу и забил из нее соленый источник. Торжествовал бог морей. Но вот Афина потрясла своим копьем, глубоко вонзила его в землю и из нее выросла священная олива. Боги присудили победу Афине, признав ее дар Аттике более ценным.

С маслиной древние греки связывали важнейшие события своей жизни. При рождении ребенка отец украшал ветвями оливы двери дома.

Маслина упоминается во многих преданиях. В христианской мифологии ее связывают с именем святого Пантелеймона-целителя. Рассказывают, что после мучений, которым Пантелеймона подвергли по приказанию императора Максимилиана, его привязали к дереву маслины и приготовились казнить. Один из воинов ударил святого мечом по шее, чтобы отрубить голову, но меч согнулся так, как будто он был из травы, ведь осужденный еще не закончил молитву, которую начал читать еще по дороге на казнь. По окончании молитвы он сам стал просить воинов отрубить ему голову, но воины, напуганные чудом, отказались это сделать. И лишь когда Пантелеймон пригрозил им карой Христа, они решились исполнить его повеление. Отрубив ему голову, они были изумлены новым чудом: вместо крови из раны потекло молоко, а на маслине, к которой был привязан Пантелеймон, появилось множество целительных плодов.

По библейскому преданию, после длительного плавания в ковчеге во время потопа Ной выпустил от себя голубя, чтобы видеть, сошла ли вода с лица земли. Но голубь не нашел, где приземлиться, и вернулся на ковчег уставшим. «И помедлил еще семь дней других, и опять выпустил голубя из ковчега. Голубь возвратился к нему в вечернее время, и вот свежий маслинный лист во рту у него, и Ной узнал, что вода сошла с земли». Оливковая ветвь в клюве белого голубя стала символом мирных устремлений всех народов земли. Оливковые ветви украшают национальный флаг Кипра. На голубом флаге ООН изображен венок из оливковых ветвей вокруг земного шара. С античных времен оливковая ветвь символизирует мир, мудрость, благополучие.

История культуры маслины насчитывает тысячелетия. О ней сообщается в древнеегипетских папирусах, изображения маслины встречаются на стенах египетских храмов. Сосуды для хранения оливкового масла и прессы для отжимания масла найдены при раскопках Кносского дворца на острове Крит. Маслина упоминается в «Илиаде» Гомера. Ученые считают, что маслина впервые была введена в культуру на Ближнем Востоке, а затем распространилась по всему Средиземноморью. В настоящее время культура маслины существует во всех субтропических странах. Выведено свыше 500 сортов, которые специализированы либо для получения столовых маслин, либо для получения масла. Промышленная культура развита в Греции, Испании, Турции, Италии, Алжире, Тунисе, Франции, США. В нашей стране насаждения маслины имеются в Крыму, Закавказье, Туркмении.

Еще древнегреческие врачи знали о целебных свойствах плодов и масла маслины. Соленые маслины рекомендовали при заболеваниях желудка и кишечника. Масло употреблялось при кожных, глазных заболеваниях, лечении язв, ожогов, для укрепления десен. Авиценна пишет: «Все виды оливкового масла укрепляют тело, побуждают к движению». Оливковое масло в древности и в средние века было одним из главных гигиенических средств.

Народная медицина рекомендует оливковое масло в качестве слабительного (внутрь 2—3 столовые ложки), при отравлениях (по-

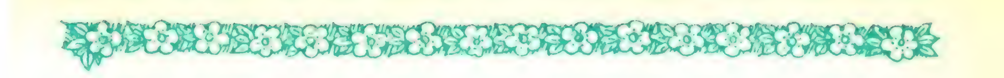
переменно с теплой водой и теплым молоком). Последняя рекомендация дана еще Авиценной, который писал: «Оливковым маслом с горячей водой вызывают рвоту, и оно разбивает силу яда». Наружно оливковое масло употребляют при парше волосистой части головы, при головных болях, ушибах, укусах пчел, ос.

Научная медицина рекомендует оливковое масло внутрь как слабительное и при заболеваниях желудка и печени, в качестве антисептического. Используется и как растворитель для инъекционных растворов камфоры, гормонов и др.

Маслина европейская — крупное вечнозеленое дерево высотой до 10 м, но в среднем 5—6 м. Листья ланцетовидные, кожистые, расположены супротивно. Сверху они голые, снизу опушенные. Цветки мелкие, белые, душистые, четырехчленные, собраны в пазушные кисти. Плод — продолговатая костянка, вначале зеленая, при созревании сине-фиолетового цвета, напоминающая небольшую сливу. Внутри сочной части околоплодника находится крупная косточка. Плоды созревают в ноябре — январе. При созревании они горького вкуса и только после вымачивания и засолки приобретают приятный маслянистый вкус. Маслины долгожители. В Израиле известно масличное дерево, которому около 2000 лет. В Афинах растет маслина, под которой, по преданию, работал древнегреческий философ Платон и, значит, ей не менее 2400 лет. На острове Крит можно найти деревья, посаженные еще во времена Древнего Рима. У нас в стране самые старые оливы — пятисотлетние, растущие в Никитском ботаническом саду. Старые деревья обычно дуплисты и имеют причудливую форму.

В сочном околоплоднике плодов маслины и в семенах содержится большое количество высококачественного оливкового масла. Масло это относится к группе невысыхающих и по качеству не уступает миндальному. Масло высших сортов носит товарное название прованского, а низкокачественное — деревянного масла. Последнее используется только для технических целей. Плоды и масло маслины — важнейший и традиционный пищевой продукт во многих странах субтропического климата.





А миндаль сказал:
Отдайте справедливость
и другим,
Я желанен миродержцам,
украшаю пищу им,
Я и лучшая приправа,
и как врач необходим,
Я для печени полезен,
все лечу плодом своим.

Г. Чолокашвили



Миндаль обыкновенный — *Amygdalus communis* L. Сем. Розоцветные — Rosaceae

Родовое латинское название *Amygdalus* произошло от имени юной, легко краснеющей финикийской богини Амигдалы. Окраска цветков миндаля напоминала розовато-белый цвет лица юной красавицы. Дикорастущим миндаль известен в Средней Азии, а также в Афганистане, Иране, Малой Азии. Здесь же, по мнению Н. И. Вавилова, впервые стали его культивировать. Ферганская долина считается одним из очагов культуры миндаля. Оттуда он в течение тысячелетий распространялся главным образом на запад и северо-запад. И у всех народов, которые культивировали его, возникали легенды и предания, посвященные этому необычайно полезному растению. Миндаль много раз упоминается в сказках «Тысяча и одна ночь», в Библии. Из Библии известна легенда о первосвященнике Аароне, которому принадлежал посох из сухого миндального дерева, который однажды покрылся почками, зацвел и на нем созрели плоды.

У жителей древней Согдианы, которая располагалась на территории современных Узбекистана и Таджикистана, миндаль считался священным деревом. Молились жители Согдианы с веточками цветущего миндаля в руках, их приносили в жертву богам, ими защищали детей во время болезни от злых духов.

Первой из европейских стран, куда попал миндаль, была Древняя Греция. Об этом рассказывают древние мифы. Здесь миндаль также был священным и считался символом плодородия. Легенда

связывает миндаль с именем девушки Феллиды. В разлуке со своим любимым Демофонтом от тоски она превратилась в засохшее миндальное дерево. Но когда Демофонт возвратился на родину и обнял засохшее дерево, оно тотчас же зацвело и на нем распустились листья. Вот почему здесь миндаль называли еще деревом Феллиды. В поэме «Буколики» Вергилий пишет:

Любит Феллида орех.
Пока его любит Феллида,
Не пересилить его ни Мирту,
Ни Фебову лавру.

В другом греческом сказании говорится, что горький миндаль вырос там, где склонилось тело дочери Мидаса, лишившей себя жизни после смерти мужа.

Из Греции во II в. до н. э. миндаль переселился в Рим, где его выращивали в садах патрициев. Здесь его называли греческим орехом. Тогда же миндаль появляется на Пиренейском полуострове, а чуть позже — во Франции. О нем упоминается в своде законов Карла Великого. Пробовали выращивать его в Германии и Англии, но первые попытки его культуры были неудачны. Слишком рано появляющиеся цветки его повреждались весенними заморозками. Однако в качестве готового продукта он попадает в страны Северной Европы, пользуется большой любовью и там его включают в обрядовые действия.

В Крым миндаль был завезен в период его колонизации греками и генуэзцами (VI в. н. э.). Известно, что в садах средневекового крымского княжества Феодоро вместе с яблонями, грушами, сливами, грецким орехом рос миндаль. Считается, что одичавшие формы миндаля в Крыму появились именно с тех пор. В центральные районы России он завозится вместе с дорогими заморскими плодами — изюмом, инжиром, грецкими орехами, становится любимым лакомством и непременным компонентом многих изысканных блюд.

Медицинское применение миндаля также давно известно. Авиценна рекомендует его при лечении дефектов кожи (от веснушек, пятен, загара, кровоподтеков), а также как средство, препятствующее опьянению. Горький миндаль с пшеничным крахмалом, а также миндальное масло рекомендуются при заболеваниях верхних дыхательных путей, почек, желудка и в гинекологии.

В одном из старых русских лечебников говорится, что «из горьких миндалей масло пользует женским немощам».

В современной медицине применяют семена и масло. Масло, получаемое холодным прессованием из семян горького и сладкого миндаля, отличается приятным вкусом и высоким качеством. Используется как растворитель для инъекционных растворов, в масляных эмульсиях, в составе мазей, а самостоятельно — внутрь как слабительное средство. Миндальные отруби после отжатия масла потребляются с косметической целью для смягчения кожи. Из жмыха горького миндаля раньше получали горько-миндальную воду, которая содержала до 0,1 % синильной кислоты и применялась в виде капель в качестве успокаивающего и обезболивающего средства.

Миндáль обыкновенный — крупное дерево с ажурной кроной. Цветки появляются в феврале — марте до появления листьев.

Самым первым раскрылся миндаль,
Он — весны полномочный посол,
И высокие звездные ночи
Подтверждают его полномочья
В царстве голых садов и лесов.

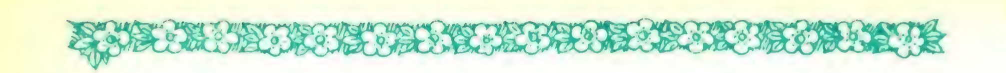
Н. Новиков

Цветение обычно обильное, и в это время миндаль очень красив. «Ни у одного дерева нет более трогательного и чистого цветения, чем у миндаля», — писал К. Г. Паустовский. Цветки у него довольно крупные, пятичленные, бело-розового цвета. Продолжается цветение 2—3 недели. Листья ланцетовидные, с мелкопильчатым краем, появляются после цветения. Плоды — яйцевидные сплюснутые костянки с зеленым бархатистым засыхающим околоплодником, внутри с крупной косточкой. Съедобно семя (одно или два), заключенное в косточке. Различают три разновидности миндаля: горькую, сладкую и ломкую. Первые две различаются столь мелкими морфологическими признаками, что различить их по внешнему виду могут только специалисты. Остальным приходится пробовать на вкус. У сладкого миндаля сладкое семя, у горького — горькое. Ломкий миндаль отличается очень тонкой ломкой косточкой без дырочек и бороздок, косточка его легко ломается руками, семя сладкое. Живет миндаль до 130 лет. До сих пор в Узбекистане сотни тысяч гектаров занимают заросли дикорастущего миндаля, приуроченные к каменистым южным склонам, лишенным другой растительности. Но дикорастущий миндаль в основном горький. Доля сладкого миндаля в зарослях не превышает 1—2 %. Повсеместно в подходящих климатических условиях культивируется.

Семена содержат 40—60 % жирного масла, 20—30 % белков. В семенах горького миндаля до 3 % гликозида амигдалина, распадающегося при гидролизе на глюкозу, синильную кислоту и бензальдегид. Около 92 % заготавливаемого миндального семени потребляет пищевая промышленность, 6 % — медицина и около 2 % — парфюмерия.

Скорлупу миндальных косточек употребляют для ароматизации и улучшения цвета напитков, из нее делают активированный уголь. Зола околоплодников используется в мыловарении. Камедь миндаля необходима в текстильной промышленности.





Мирт, распускаясь, таит сладостно-горестный мед.

Мелеагр



ирт обыкновенный — *Myrtus communis* L.
Сем. Миртовые — Myrtaceae

В Древней Греции мирт был знаком высшей власти и почета. Одновременно из легенд известно, что мирт пользовался немилостью богини Артемиды. Эта богиня, дочь Зевса и Латоны, богиня-дева, богиня-охотница, отличалась независимым и гордым характером. Она не терпела никаких противоречий, а тем более посягательств на свою персону. Юный Актеон был разорван собственными собаками только за то, что случайно увидел ее обнаженной. Во время одной из охот веточка мирта зацепилась за одежду богини и это замедлило ее бег. Богиня возненавидела дерзкое растение и с тех пор не могла его видеть.

Ибо веточка мирта, за пеплоса край зацепившись,
Девы замедлила бег; с той поры ей мирт ненавистен.

Каллимах

В Риме мирт считался деревом богини любви Венеры. Ее храмы украшались зарослями мирта, ей посвящались и дикорастущие миртовые рощи.

С миртом связано несколько легенд, но наибольшую известность в средние века получила легенда о жестокой красавице Альцине. Альцина, жившая на одном из островов Средиземного моря, была волшеб-

ницей. Она превращала в миртовые деревья всех мужчин, попавших на ее остров. А так как слава о ее красоте, разносившаяся чайками, была широко известна, то у ее жилища появилась целая миртовая роща, и никто не догадывался о ее происхождении. Но вот один из рыцарей, сошедших с корабля у незнакомого острова, привязал коня к дереву в миртовой роще. Неожиданно раздался возмущенный голос: «Неужели я должен сносить и эту грубость». Голос раздавался из дерева. Вежливый рыцарь извинился и стал расспрашивать удивительное дерево. Дерево, проливая прозрачные смолистые капли слез, рассказало о коварстве владелицы острова и о несчастной судьбе многих известных своей храбростью рыцарей, волею Альцины превращенных в миртовые деревья. По утрам волшебница умывалась настоем душистых миртовых листьев, оттого-то красота ее никогда не увядала.

У прибалтийских народов существовал поэтический обычай, связанный с этим растением. Каждая девушка выращивала в цветочном горшке миртовое деревце и в день своей свадьбы надевала на голову венок из его ветвей.

Конечно, не в последнюю очередь популярность мирта объяснялась его целебными свойствами.

Винный настой из плодов мирта считался эликсиром здоровья и бодрости, миртовая вода применялась для придания свежести коже. А ветка мирта или кольцо на пальце из его древесины, взятые с собой в путь, будто бы укрепляли силы путника. Много внимания уделил мирту Авиценна. Он различал три вида мирта: черный, белый и горный, причем последний считал сильнее двух первых. Он говорил: «Мирт задерживает понос, испарину и всякое кровоизлияние... Когда миртом растирают в бане, он укрепляет тело... Обливание его отваром сломанной кости ускоряет ее сращение ... Миртовое масло, выжатый сок, отвар и особенно миртовые плоды препятствуют выпадению волос, укрепляют их корни и делают волосы длиннее и чернее. Отваренные в вине и приложенные в виде лекарственной повязки плоды мирта излечивает язвы ... а также ожоги от огня и препятствуют образованию волдырей». Он также считает его полезным при заболеваниях глаз, желудка, мочевого пузыря, печени, женских заболеваниях. К сожалению, в отечественной медицине мирт не был принят. Но работами сотрудников Никитского ботанического сада подтверждены высокие бактерицидные свойства его эфирного масла, кроме того, мирт рекомендован в виде спиртовой настойки для ингаляции при заболеваниях верхних дыхательных путей.

Экспериментально доказано, что извлечения из листьев мирта активны против микробов, устойчивых к пенициллину, стрептомицину и другим антибиотикам. Используют отвар и настойку мирта, готовя их в соотношении 1:5. Для получения настойки измельченные листья заливают 70°-ным спиртом и настаивают пять дней в темном месте, часто взбалтывая. Принимают по 25—30 капель 3 раза в день за 30 мин до еды.

Мирт обыкновенный — кустарник или деревце высотой 2—5 м. Листья вечнозеленые, удлиненно-яйцевидной формы, расположены супротивно. При рассматривании листьев на свет они кажутся пер-

форированными: это просвечивают вместилища с эфирным маслом. Цветки одиночные, на тонких цветоножках, мелкие, нежно-белые или розовые, душистые, с многочисленными тычинками, расположены в пазухах листьев. После цветения образуются черные ягоды с сильным ароматом. Мирт растет медленно, цвести начинает на 4—5-м году жизни.

Из всего обширного тропического семейства миртовых мирт обыкновенный дальше всех продвинут на север. Он растет на юге Европы и в Западной Азии, являясь одним из наиболее характерных элементов средиземноморского пейзажа. С древнейших времен мирт обыкновенный культивируется главным образом ради эфирных масел, содержащихся во всех органах растения. У нас его разводят в Крыму и на Черноморском побережье Кавказа. Эфирное масло применяют в парфюмерии, миртовую воду, полученную перегонкой листьев, — в косметике. Свежие и сухие плоды используют как приправу в кулинарии.





Сосенник да ельник,
Верес-можжевельник.
Буен вятский вересок,
Колок, лапист, невысок.
Нижет он в густой туман
Синеягодный дурман.
С вересовых легких дров —
Низко-сочен дым валит.
Мать им в бане боровков
По стариночке коптит.
Вересовый спелый дух
И здоров, и чист, и сух.

Т. Смертина



Можжевельник обыкновенный (мозжуха, верес, арса) — *Juniperus communis* L.
Сем. Кипарисовые — Cupressaceae

О происхождении родового латинского названия растения среди исследователей нет единого мнения. Одни считают, что оно произошло от кельтского jeneprus — колючий, другие производят его от латинского слова junior — младший. Последнее предположение основано на интересной биологической особенности растения. Одновременно на его ветках можно видеть незрелые зеленые шишкоягоды настоящего года и зрелые сине-фиолетовые — прошлого года. О происхождении русского названия «можжевельник» существуют три версии. Его связывают со словами «меж ельник», «мозг» — из-за крепкой ядреной древесины и старорусским словом «можжа» — узел. Название «арса» производят от тюркского arsa — можжевельник.

Вечная зелень, особый бальзамический запах и число три, которому соответствуют многие части растения (хвоя собрана по три, три плодущие чешуйки в женских колосках, три семени в шишкоягодах), в старину казались удивительными. Этим объясняется большое количество суеверий и обычаев, связанных с этим растением. У многих народов можжевельник — символ преодоления смерти, символ вечной жизни.

С этим связано сжигание ветвей можжевельника на похоронах,

устилание им последнего пути умершего. Отсюда и вера во всеохраняющую силу этого растения. Даже курили им вслед уходящего врага, чтобы не возвращался. В Древней Греции и Риме можжевельник считали верным средством против змей. В известном мифе об аргонавтах рассказывается, как Медея и Язон с помощью можжевельника усыпили чудовищного змея, охранявшего золотое руно.

...Чудовище все же,
Страшную голову вверх поднимая, было готово
Их обоих схватить несущими гибель зубами.
Но Медея, сломив можжевельника ветвь и обмазав
Зельем могучим ее, разведенным в питье, с наговором
Ею чудовища глаз коснулась. Разлился повсюду запах
От зелья и сон навел; опустилась на землю
Змея громадная пасть; разошлись бесконечные кольца;
Вдаль протянулся хвост по всему многодревному лесу.

Аполлоний Родосский

На Руси ветви можжевельника, освященные в церкви, засовывали за иконы, крепили под потолком, в хлевах, считая это защитой от злых духов. А сам скот на пастбище выгоняли можжевеловой веткой в убеждении, что она защитит скот от болезней и других несчастий. Семена же можжевельника, носимые на теле, способны будто бы защитить от укусов змей.

Одновременно в народе бытовало поверье о девке-вересухе:

Говорят, под вереском —
Вересухин спрятан дом.
Эта девка-вересуха
Страсть приманчива, красуха!
Извела ребят немало.
В ночь выходит на Купала
В долгой беленькой сорочке
Тихо встанет под кусточком
Полуночная коса
Да черничные глаза.
Подмигнет да хохотать!
Парень сразу — обнимать...
Лишь к груди ее прижмет,
Верес колкий обожжет!

Т. Смертина

В качестве лекарственного растения впервые его применили в Древнем Египте, затем в Древней Греции и Риме. Древние галлы использовали все органы растения.

Авиценна сообщает: «Присыпка из можжевеловых ягод с медом помогает от разъедания и гнилостных язв».

Одо из Мена в поэме «О свойствах трав» пишет:

... так, область груди исцеляя,
Он унимает чрезмерный, пусть даже внедрившийся кашель.
Он против ядов различных подать в состоянии помощь,
Так и от судорог он, так еще от разрывов поможет.
Матки порок и болезнь, что бесплодье дает, он уносит.
Сок его тех исцеляет, кого укусила гадюка.
Так, если он пережжен и с водою чистою смешан,
То умащенье проказу изгонит с позорного тела.
Сок древесины его опьянение уничтожает.

Известно, что североамериканские индейцы своих больных туберкулезом надолго помещали в можжевеловые заросли, не позволяя выходить оттуда до полного излечения.

В русской народной медицине можжевельник применяется давно. Его шишкоягоды и семена в свежем виде, в виде порошков, настоев употребляются при водянке, кашле, астме, подагре, заболеваниях желудка и кишечника. Убеждение в его обеззараживающих свойствах обусловило его широкое использование в бытовой санитарии. Ветками можжевельника окуривались дома, хлева при любой инфекции. «Аще во время поветрости емлем можжевеловое ветвие или само то дерево и полагаем на углие и творим с ним дым, тогда никакая черная нечистота губительная не прикасается и на человека не падает, которых дым тот обоймет», — записано в одном из вертоградов XVII в. В баню ходили не только с березовыми, но и с можжевеловыми вениками. В особых случаях добавляли к ним сухие ветки крапивы.

Современная медицина рекомендует шишкоягоды можжевельника как мочегонное, желчегонное, отхаркивающее и противомикробное средство.

Настой можжевельника готовят из расчета одна столовая ложка шишкоягод на стакан воды. Принимают только по назначению врача. Масло из хвои можжевельника применяют как наружное болеутоляющее средство.

Можжевельник обыкновенный — невысокий вечнозеленый хвойный кустарник, внешним видом напоминающий небольшой пирамидальный кипарис. Корневая система, развивающаяся гораздо интенсивнее надземной части, далеко проникает вглубь, обеспечивая растение питанием даже на самых непродуктивных почвах, иногда на голых скалах. Хвоя темно-зеленая, игольчатая, расположена мутовками по три, сохраняется в течение 6—8 лет. Растение двудомное. Споры образуются в спороносных колосках, а плодущие чешуйки — в зеленых овальных шишечках. После опыления три плодущие чешуйки разрастаются, становятся сочными, затем срастаются и образуют сочную шишку, внешним видом напоминающую ягоду, которая называется шишкоягодой. Зрелые шишкоягоды сине-фиолетового цвета с сизым восковым налетом. Они имеют приятный запах и сладко-пряный вкус. Этот невысокий кустарник — один из наших долгожителей — доживает до 600 лет. Нетребователен к почвам, но взыскателен к условиям освещения. Распространен почти по всей лесной зоне страны. Растет преимущественно в сухих сосновых и еловых лесах в виде подлеска. Споры созревают в апреле — мае, шишкоягоды на второй год в августе — сентябре. Обильные урожаи дает через 3—5 лет.

В шишкоягодах можжевельника содержится до 1,5 % эфирного масла, до 40 % сахара, главным образом глюкозы и фруктозы, смолы, органические кислоты, минеральные соли.

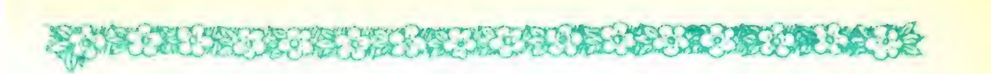
В XVII в. шишкоягоды можжевельника в больших количествах заготавливались на территории теперешних Ярославской, Костромской и Тверской областей. Существовала так называемая «ягодная повинность». Население с большой неохотой выполняло ее. Воеводы жаловались в Москву на неурожаи ягод, на то, что собранные ягоды не везут и т. п., и просили об отмене повинности. По разрешению

центра «ягодную повинность» при уважительной причине заменяли денежным оброком. Собранные ягоды везли в Москву в Аптекарский приказ, где из них в больших количествах гнали можжевеловое масло и можжевеловый спирт. Кроме того, готовился еще хмельной напиток «можжевеловое сусло», который подавался царю и боярам в постные дни. Можжевеловый спирт шел на изготовление водки «апоплектики», считавшейся действенным лекарством чуть ли не от всех болезней. В связи с этим бытовала поговорка: «Дерево елово, в три года ягода, на четвертый в голову кок».

В народном быту хвоя можжевельника широко использовалась для запаривания и обеззараживания молочной посуды, бочек для засолки огурцов, грибов, капусты. Можжевеловым дымом коптили мясо, окуривали склады пушнины против моли.

Крупными потребителями можжевеловых шишкоягод является пищевая, рыбо-консервная, парфюмерная промышленность. Например, при консервировании сельди они ускоряют созревание и размягчение засоленной сельди. Хвоя, молодые побеги содержат дубильные вещества, пригодные для дубления кож, окрашивают ткани в желтый и желто-зеленый цвета. Сладкий сироп из шишкоягод используется для получения алкогольных напитков, пива, конфет, пряников. Шишкоягоды являются предметом экспорта, в Англии — это необходимый компонент для изготовления джина.





Древние также ее предписали варить в чечевице.
Или в похлебке; и так, говорят они, взятая лечит
Тех, кто безумьем страдает...

Одо из Мена



Морозник краснеющий (морозник красноватый, зимовник, чемерица черная) — *Helleborus purpurascens* Waldst. et Kit.
Сем. Лютиковые — Ranunculaceae

Происхождение родового латинского названия неясно. Одни связывают его с названием реки, по берегам которой будто бы обильно рос морозник, другие — с греческими словами, обозначающими «ядовитая пища», что подчеркивает его ядовитость. Русские названия морозник и зимовник связаны с очень ранним (в январе — феврале) цветением растения.

В Древней Греции об исцеляющих свойствах морозника рассказывали следующую историю. Самолюбивые и гордые дочери царя Пройта отказались принимать участие в празднике в честь бога винограда и виноделия Диониса. Разгневались боги и поразили их безумием. С мычанием, будто коровы, бегали девицы по окрестным полям и лесам. Исцелить их взялся знаменитый прорицатель Мелампод, но за свою услугу он потребовал с царя треть царства. Жаль было дочерей, но царства тем более и царь отказал прорицателю. Однако болезнь оказалась заразной и быстро распространилась среди других женщин. В припадке безумия они убивали своих детей и совершали другие страшные преступления. В ужасе царь призывает Мелампода и говорит, что он согласен на его условия. Но теперь

прорицатель требует две трети царства: одну себе, другую брату Бианту. Пришлось царю согласиться на это условие. Меламп с отрядом юношей отправился в горы, захватил после долгого преследования безумных женщин, исцелил их, а Пройт отдал в жены своих дочерей Меламподу и его брату. Чудесным растением, которым Мелампод исцелил безумных женщин, и был морозник, в старину называемый чемерицей черной за черный цвет корней. В древнегреческом языке даже существовал термин «геллеборизо», обозначающий «лечить чемерицей от сумасшествия». Ему приписывалась способность продлевать жизнь, очищать кровь, исцелять эпилепсию. Считалось, что растение защищает от колдовства, поэтому собранные корни вымачивали в воде и опрыскивали ею комнаты. Сами же корни собирали с молитвами, при этом следили, чтобы сверху не пролетал орел. Полагали, что если орел увидит морозник подкопанным, но не вырванным, то сборщика ждет смерть.

Запах корня вызывает тяжесть в голове. Чтобы защититься от вредоносного действия корня, считалось полезным перед сбором поесть чеснока и выпить вина.

Об этом пишет не только Диоскорид, но и спустя 1000 лет Авиценна. В арабской медицине корни морозника использовали в качестве рвотного, слабительного средства, при кожных заболеваниях и болях в суставах, при лечении опухолей в кишечнике и мочевом пузыре. Указывался не только тип сложения больного, но и месяц, когда прием лекарств из морозника наиболее целесообразен. Средневековая европейская медицина в основном следовала рекомендациям Диоскорида и Авиценны.

Выпить ее — и она облегчает болезни суставов,
Желчи различные виды и флегму выводит желудком,
С глаз потемнение прочь изгоняет принятье отвара;
Сделав припарку, ты созреть затвердениям гнойным
Дашь и очистишь затем их...

Одо из Мена

В народной медицине применялся в качестве слабительного средства. Ядовито!

Современными исследованиями в корнях морозника красноватого и кавказского обнаружены сердечные гликозиды, действующие по типу наперстянки.

Морозник краснеющий — невысокое многолетнее травянистое растение. Диоскорид пишет: «Это растение с зелеными листьями, похожими на листья платана, но только они меньше и с более крупными зубцами». Почти все листья у него в прикорневой розетке на длинных черешках. Стеблевых листьев мало и они относительно мелкие. Цветки крупные, одиночные или по 2—3 на верхушках стебля. Околоцветник двойной, но чашечка крупная, венчиковидная, пятилистная, а лепестки превратились в трубчатые нектарники. Окраска цветков от бледно-зеленого до грязно-фиолетового цвета. Цветение раннее и продолжительное. Плоды — сборные листовки, при основании срастающиеся. Внутри содержат многочисленные

черные семена. Растет на юго-западе Украины, в Карпатах, обычно в лесах и зарослях кустарников. Может образовывать заросли.

На Кавказе (в основном в пределах Краснодарского края) в горных лесах, поднимаясь на высоту до 1000 м над уровнем моря, растет близкий вид — морозник кавказский, отличающийся пестроокрашенными цветками. Оба вида как раноцветущие относятся к охраняемым.

Культивируются как декоративные растения под названием анемоны.





Пусть же присутствует здесь и повсюду растущая мята.
Видов немало ее и по виду, по цвету и свойствам
Мята различна: один из родов ее, очень полезный,
Хриплому голосу может вернуть, полагают, звучание
Прежнее, если больным натощак поглощается горлом
Сок из нее, а оно хрипотою замучено тяжкой.

Валафрид Страбон



ята перечная — *Mentha piperita* L. Мята водяная — *M. aquatica* L. Мята зеленая — *M. viridis* L. Мята блошница — *M. pulegium* L. Сем. Яснотковые — Lamiaceae

Родовое название *Mentha*, согласно преданию, произошло от имени нимфы Минты, которую богиня подземного царства Персефона превратила в душистое растение и посвятила Афродите. От греческого названия растения «minthe» произошло латинское mentha. Это же название перешло в славянские языки, видоизменившись в современное русское слово «мята».

О том, что мята является древнейшим пряно-ароматическим растением, свидетельствует упоминание о ней в притче Евангелия от Матвея: «Горе вам, книжники и фарисеи, лицемеры, что даете десятину от мяты, аниса и тмина, и оставили важнейшее в законе: суд, милость и веру, сие надлежало делать, и того не оставлять». Здесь имеется в виду, что за малым нельзя забывать о главном. Эта выдержка подтверждает такую широкую распространенность мяты, что десятая часть урожая ее включалась в подати. Высоко ценилась мята в Древней Греции и Риме. Аромат мяты служил добрым признаком. В Риме считалось, что мятный запах поднимает настроение и способствует оживленной застольной беседе, поэтому пиршествен-

ные залы обрызгивали мятной водой, столы натирали мятными листьями, а гостям предлагали венки из мяты. Считалось, что аромат мяты возбуждает работу мысли, поэтому римский историк Плиний Старший постоянно носил на голове венок из свежей зелени мяты, рекомендуя делать это и своим ученикам. Обычай этот дожил до средних веков.

Заслуженной славой пользовалась мята в арабской и восточной (китайской и японской) медицине. Применялись различные виды, как дикорастущие, так и культивируемые. Авиценна рекомендовал водяную мяту при внутренних кровотечениях, наружно — при головных болях, заболеваниях желудочно-кишечного тракта. «Мята укрепляет желудок, согревает его, успокаивает икоту, способствует пищеварению, препятствует слизистой и кровавой рвоте и полезна при желтухе». Мяту блошную (*Mentha pulegium*) он рекомендовал при слоновой болезни и от расширения вен, при недостатке аппетита и слабости желудка... Он считал, что она помогает больным желтухой вследствие своей способности «очищать, рассасывать, открывать и разрежать».

Средневековая европейская медицина в основном повторяет традиции древнегреческой и арабской:

Пищеварительной силе питье из нее помогает,
Мята желудок крепит, прекращает, коль принята, рвоту...
...Чистит желтушных, с вином исцеляет болящих одышкой,
Тех, кого греки зовут от недуга такого: астматик;
Печени также болезни с вином умеряются ею,
Этим же способом боли в боку застарелые лечит,
А наложи, растерев, на рубцы почерневшие — снова
Прежний естественный цвет, очищая, вернет им лекарство.

«О свойствах трав». *Одо из Мена*

Русская народная медицина широко рекомендовала мяту при лечении желудочно-кишечных заболеваний, в качестве средства, успокаивающего центральную нервную систему, при сердечных болезнях, как укрепляющее при упадке сил, при рахите и золотухе у детей. Использовались отвары на воде, уксусе, вине и порошок из листьев.

Современная медицина рекомендует мяту перечную в качестве спазмолитического, антисептического (слабого), местнообезболивающего и сердечного средства. Настой листьев мяты применяют внутрь в качестве желчегонного средства, наружно — для полоскания рта. Настойку и воду мятную употребляют так же. Ментол, получаемый из эфирного масла, входит в состав спазмолитических, желчегонных и болеутоляющих препаратов.

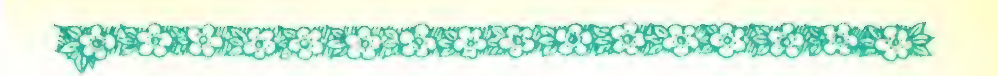
Мята перечная и другие виды — многолетние травянистые растения с разветвленными корневищами. Стебли четырехгранные, 60—80 см высотой, ветвистые. Листья от продолговато-ленцетовидных до овальных, голые либо опушенные. Цветки от белого до лилового цвета, собраны по нескольку в пазухах верхних листьев и образуют прерывистый колос (тирс). Плоды дробные, состоящие из четырех мелких орешков. Все растение имеет сильный ароматный

запах. В диком виде широко распространены мята водяная, зеленая, а также блошница, или пулегиевая. Последний вид отличается яйцевидными тупыми листьями, серыми от обильного опушения. Мята перечная в природе отсутствует. Это гибридный вид, выведенный, по одним сведениям, в конце XVII в. садоводами Англии (английская мята), по другим — является более древним культурным видом. По морфологическим признакам близка к мяте водяной и зеленой, отличается химическим составом эфирного масла. В эфирном масле мяты перечной преобладает ментол. В 1879 г. в «Фармацевтическом журнале» сообщалось: «Ментол, или мятная камфора, представляет собой кристаллическое тело, получающееся из китайского мятного масла действием холода; он имеет вид маленьких призматических бесцветных кристаллов, похожих на сернокислую магнезию. Когда этот продукт несколько лет тому назад был привезен из Японии в Европу, то эти кристаллы считали смесью горькой соли с мятным маслом».

В настоящее время большую часть ментола, потребляемого промышленностью, получают синтетическим путем. Ментол обладает интересной особенностью: при нанесении на кожу и слизистые он вызывает ощущение холода и покалывания. При этом раздражаются холодовые рецепторы, что рефлекторно вызывает сужение поверхностных сосудов и расширение сосудов внутренних органов. Поэтому препараты ментола широко применяют как наружные болеутоляющие и при спазмах сосудов внутренних органов (сердца, желудка, желчных путей).

Свежие и сухие листья мяты, эфирное масло используют в качестве пряных и отдушек в пищевой промышленности, для ароматизации чайных смесей, табака. Ранее на Руси широкой известностью пользовался мятный квас, который пили перед обедом для возбуждения аппетита. Широко используется в парфюмерной промышленности.





Наперстянка в руках терапевта то же, что скальпель в руках хирурга.

Эденс



аперстянка пурпурная — *Digitalis purpurea* L. Сем. Норичниковые — Scrophulariaceae

Латинское название *Digitalis* обозначает «пальцевый», относящийся к «пальцу», и переводится как наперсток, что объясняется своеобразной наперстковидной формой цветка. Происхождение наперстянки связано со следующей легендой. Жила-была девочка-сиротка. Мать ее умерла и осталась у нее только одна память о матери — ящичек для рукоделия. Лежали в этом ящичке иголки, нитки и два наперстка. Когда девочку обижала мачеха, а случалось это часто, девочка брала в руки ящик, надевала наперстки на пальцы и ей казалось, что теплые руки матери прикасаются к ее рукам. Ей становилось легче. Но мачехе все казалось, что падчерица бездельничает и слишком много времени проводит с ящичком матери. Она сердилась и ругала ее все больше. Чтобы лишить девочку последнего утешения, она взяла ящичек с наперстками и тайком закопала его в дальнем углу огорода. Горю девочки не было предела, она долго искала пропажу, но найти не могла. А весной, когда в огороде выросли травы, в углу среди крапивы вырос удивительный цветок: его пурпурные лепестки срослись и образовали наперсток. Увидев его, девочка поняла, что это материнские наперстки вернулись к ней.

В Англии растение известно под названием «лисья перчатка».

Есть сведения о том, что в качестве лекарственного растения наперстянка применялась уже 4 тыс. лет назад. В течение столь длительной истории у наперстянки была слава всеобщего признания, и наступали периоды забвения, обусловленные страхом перед непредсказуемостью действия этого могучего лекарства. И только в народной медицине западноевропейских стран (Англии, Шотландии, Ирландии) сохранялась верность ей в течение столетий. Первое научное описание наперстянки сделал Леон Фукс (1543), который и дал ей название *Digitalis*.

Врачи XVI—XVII вв. считали наперстянку слабительным и рвотным средством на том основании, что она будто бы «очищает тело сверху и донизу». Назначали ее при самых разных заболеваниях — эпилепсии, туберкулезе и др. Больные принимали ее в громадных дозах (до 10 г в сутки), что не могло не вызывать отравления (иногда со смертельным исходом), после чего и врачи стали бояться использовать это лекарственное средство. К середине XVIII в. наперстянка оказалась забытой. Заслуга ее возвращения принадлежит английскому врачу Уайтерингу. Проанализировав состав одного знахарского средства, которым успешно лечили водянку, врач пришел к выводу, что основной действующий компонент этого средства — наперстянка. В течение десяти лет он испытывал ее действие на больных в госпитале и пришел к выводу, что основной эффект наперстянки — мочегонный, причем для достижения положительной реакции необходимо применять ее в гораздо меньших дозах, чем было принято ранее. «Чем больше я удостоверялся в могучей целебной силе этого растения, тем очевиднее для меня была необходимость соблюдать крайнюю осторожность в дозировках», — писал Уайтеринг. Он доказывал, что именно мочегонное, а не слабительное действие наперстянки помогает при лечении водянки. Однако механизм действия растения был изучен только во второй половине XIX в. Основные работы были проведены русскими учеными С. П. Боткиным и И. П. Павловым. Это о наперстянке С. П. Боткин говорил как «об одном из самых драгоценных средств, какими обладает терапия». В разное время изучением действия наперстянки занимались русские ученые Е. В. Пеликан, В. А. Дыбковский, Н. Н. Клопотовский, В. В. Закусов и др.

В России наперстянка начала впервые культивироваться в Лубнах Полтавской области на аптекарском огороде, основанном Петром I. Но поскольку применяли ее мало, то к началу XIX в. культура ее была прекращена. В годы первой мировой войны культура пурпурной наперстянки была восстановлена и одновременно в медицинскую практику были введены отечественные виды наперстянок: крупноцветковая, ржавая, реснитчатая. Применяют препараты наперстянок только по назначению врача при хронической сердечной недостаточности различного происхождения.

У врачей наперстянка считается незаменимым средством при лечении сердечных заболеваний. А. М. Сигал в своей книге «Наперстянка и ее терапевтическое применение» писал: «Кто видел чудодейственный эффект от наперстянки в запущенных, подчас безнадеж-

ных случаях тяжелой сердечной декомпенсации, кто наблюдал больных с заболеваниями сердца, годами живущих на малых дозах наперстянки и при этом трудоспособных; больных, которые без этого лекарственного средства тотчас же проявляли признаки нарастающей сердечной декомпенсации..., тот полностью согласится, конечно, с правильностью приведенных положений».

Наперстянка пурпурная — крупное двулетнее травянистое растение. В первый год она образует только мощную розетку прикорневых листьев. Прикорневые листья крупные, до 25 см длиной, пластинка листа яйцевидной формы и постепенно переходит в крылатый черешок. Лист сетчато-морщинистый, нижняя сторона его опушена. На второй год вырастает высокий стебель до 1—1,5 м высотой. Стеблевые листья меньших размеров, на коротком черешке. Цветки образуют крупную однобокую поникшую кисть. Каждый цветок до 5 см длиной. Снаружи он имеет пурпурную окраску (редко белую), внутри — белую с пурпурными пятнами. Цветки красивые, яркие, с наперстковидным венчиком. Плоды — коробочки. У нас известна только в культуре как лекарственное и декоративное растение. Родина — Западная Европа. Все растение содержит сердечные гликозиды.





Когда идешь тропинкою,
Куда ни глянь, в полях
Белеют чудо-шарики
на стройных стебельках

...

Летят пушинки чистые
За луг, за сад, за лес
И к нам парашютистами
Спускаются с небес.

В. Рождественский



Одуванчик лекарственный, или обыкновенный (подойничек, молочай, молокоед, пустодуй, пушник, плешивец, еврейская шапка, русский цикорий) — *Taraxacum officinale* Wigg.
Сем. Астровые — Asteraceae

Впервые название *Taraxacum* встречается в работах Фукса и Геснера, ученых-ботаников XVI в. О его происхождении нет единого мнения. По одной версии, оно произошло от арабского слова «tarachacum» — названия одного из видов цикория, согласно другой — от греческого слова «tarache» — волнение.

Русское название «одуванчик» растение получило из-за необычайной легкости, с которой при малейшем дуновении воздуха созревшие плодики-семянки на пушистых летучках отрываются от цветоложа и разлетаются. Оставшееся голым цветоложе напоминает плешивую голову. Поэтому в средние века одуванчик называли Caput monachi — монашеская голова, а в России с этим связаны названия пустодуй, пушник, плешивец, еврейская шапка. Еще одна группа названий обусловлена млечным соком, содержащимся во всех частях растения. Это о нем говорят: «С молоком, а не коровушка, летает, а не соловушка». О происхождении же самого одуванчика существует поэтическая легенда.

В маленьком селении в глубине лесов жила девочка-молочница. Пасла она козу и продавала всем, кто хотел, молоко. Была приветлива и миловидна, всем умела сказать ласковое слово и даже одно ее появление было желанно людям. За это ее прозвали Отдуваночкой: она своей улыбкой и приветливым словом отдувала от людей тяжелые мысли. Выросла Отдуваночка-молочница и горячо полюбила Жаворонка. Особенно нравилась ей его песня без слов. Но однажды захотелось ей узнать, о чем поет любимый. Уговорила она Жаворонка опуститься с неба и пропеть слова песни и услышала: «Нежна моя любовь к тебе, как солнца первый луч, но манит ввысь небес простор, и зов его могуч». Бросилась Отдуваночка к Жаворонку, хотела его удержать при себе навсегда, но не успела. Жаворонок взмыл в небо, и девушка поняла, что утратила свое счастье. В отчаянии взмахнула она своей желтой косынкой и оттуда выпало несколько золотых монеток. Подхватил их ветер и стал носить по свету. Там, где они касались земли, вырастали золотистые головки цветов, которые люди с тех пор назвали по имени молочницы одуванчиками. Обратили внимание люди и на удивительную способность одуванчика предсказывать ненастье; ученые назвали такую способность фототропизмом.

В ясную погоду корзинки одуванчика открываются в 6 ч утра и закрываются в 3 ч дня. В ненастную погоду они вообще не раскрываются.

Рассказывают, что появилось это свойство у одуванчика так. Было это очень давно. Земля в ту пору была богатой и прекрасной. Могучие дубравы стояли по берегам прозрачных рек. Удивительной красоты луга цвели многоцветными коврами. И среди множества трав рос на лугу скромный одуванчик. Был он не самым заметным, но люди любили его, так как он приносил им великую пользу. Ранней весной давал он свой нектар пчелам, девушки плели из него венки и водили хороводы на лугах, корни его лечили больных, а ночью золотистые цветки освещали путь запоздалому путнику. Сам одуванчик мечтал побывать в дальних странах, но корни его были крепко связаны с землей, а вот многочисленных своих детей он снабжал пушистыми парашютиками и рассылал во все концы света с наказом творить добро. Далеко разлетелись дети; даже на краю дикой полынной степи выросли одуванчики. И вот однажды одуванчик увидел, как нахмурилось небо со стороны степи, появилось множество всадников на быстрых конях и были они, как черная туча. В колчанах они несли стрелы, а с ними смерть и горе на русскую землю. Там, где они появлялись, ничего живого не оставалось. От горя сжал одуванчик свои солнечные лепестки, наклонил голову, а корни спрятал глубоко в землю — не захотел служить чужим людям. Прошло время, рассеялись тучи над землей, сгинуло черное племя, но одуванчик ничего не забыл. В ясную погоду он приносит радость людям, сияя маленьким солнышком, но чуть только черная туча появится на небе и подует холодный ветер, закрывает свои лепестки одуванчик, предупреждая о ненастье. Любят в народе одуванчик. О нем сложены загадки:

Глазок золотой на солнце глядит, как солнце нахмурится, глазок прищурится. На лугу у реки золотые огоньки, дождь заморосил, огоньки погасил.

Уже врачи Древней Греции применяли одуванчик в качестве лекарственного растения. Теофраст рекомендовал его для сведения веснушек и желтушных пятен на коже. Авиценна утверждал, что млечный сок одуванчика сводит бельмо, полезен при водянке, а лекарственные повязки из свежего растения помогают при укусах скорпиона. В средние века масляное извлечение из растения считалось прекрасным средством для лечения ран, ожогов, некоторых кожных заболеваний, листья растения использовали для улучшения пищеварения и при болезнях печени. В Германии в XVI в. его прописывали в качестве успокаивающего и снотворного средства.

В русской народной медицине одуванчик издавна считают «жизненным эликсиром» и применяют при самых разных заболеваниях. Внутрь его употребляют для улучшения аппетита, как желчегонное и слабительное средство, а также в качестве отхаркивающего, успокоительного и снотворного средства. Наружно рекомендуют при экземах, фурункулезе, заболеваниях глаз. Применяют в виде отвара из расчета 20,0 г измельченных корней на стакан воды. Кипятят в течение 30 мин, охлаждают и пьют по $^1/_3$ стакана 3 раза в день. Кроме того, корень одуванчика в виде сухого порошка рекомендуют в качестве средства, выводящего из организма вредные вещества. На этом основании его применяют при атеросклерозе для удаления холестерина из организма (5 г порошка корня в течение дня перед едой).

В современной медицине корни одуванчика или корни вместе с надземной частью используются для возбуждения аппетита и улучшения деятельности пищеварительных органов, иногда как желчегонное и слабительное при заболеваниях печени.

Популярен одуванчик и в других странах. Во Франции он используется при заболеваниях печени и при атеросклерозе. В Болгарии и Германии его применяют при малокровии и гиповитаминозах, в Китае — в качестве жаропонижающего, возбуждающего аппетит, при воспалении лимфатических узлов, кожных заболеваниях, при недостаче молока у кормящих женщин. В Чехии одуванчик используют в качестве желчегонного, мочегонного и кровоостанавливающего средства.

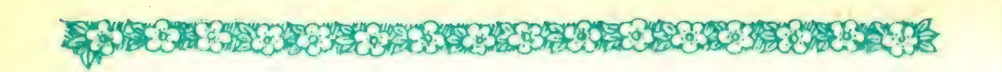
Одуванчик лекарственный — травянистый многолетник с коротким корневищем и тонким стержневым корнем, уходящим вертикально в землю на глубину до 50 см. Листья все в прикорневой розетке, крупные, обычно стручковидной формы. Размеры и форма листьев сильно изменяются в зависимости от условий произрастания растения. Уже ранней весной из центра листовой розетки появляется несколько полых цилиндрических цветоносов высотой 10—20 см. Заканчиваются они крупной одиночной корзинкой, состоящей только из язычковых цветков золотисто-желтого цвета, сидящих на голом цветоложе. С нижней стороны корзинка укрыта трехрядной оберткой из зеленых листочков. Плоды — мелкие семянки коричне-

вого цвета, снабженные парашютиком-летучкой из пушистых волосков. На одном соцветии образуется до 200 семянок. Достаточно легкого дуновения ветерка и семена разлетаются. Благодаря необычайной легкости и совершенному строению летучки семена могут часами парить в воздухе, довольно далеко разлетаясь от материнского растения. Растет в самых разных условиях: от высокогорий до пустынь. Массовое цветение наблюдается в мае. Цветущий луг с одуванчиками — красивое зрелище. Кажется, что тысячи маленьких солнц рассыпаны на зеленой скатерти луга. Цветок имеет приятный аромат и является медоносом.

В корнях одуванчика содержатся монотерпеновые гликозиды, до 40 % полисахарида инулина, дубильные вещества, каротин, смолы, каучук. Листья содержат витамины C, B_2, каротин, никотиновую кислоту.

Все части растения используются в пищу. Листья, предварительно вымоченные в подсоленной воде, применяют для изготовления весенних салатов (во Франции одуванчик специально культивируется для этих целей). Из цветков варят варенье, а цветочные бутоны маринуют и используют вместо каперсов. Поджаренные корни используются в пищу в натуральном виде, либо как заменитель кофе. Сок свежих корней используют в косметике. Корни экспортируются.





Золота отсвет сверкал меж ветвей его темно-зеленых
Так средь зимы, в холода, порой на дереве голом
Зеленью чуждой листвы и яркостью ягод шафранных
Блещет омелы побег, округлый ствол обвивая.
Так же блистали листы золотые на падубе темном,
Так же дрожали они, дуновеньем колеблемы легким.

Вергилий



Омела белая (вихорево гнездо, птичий клей, дубовые ягодки) — *Viscum album* L.
Сем. Ремнецветниковые — Loranthaceae

Родовое латинское название *Viscum* образовано от греческого «isch» — «задерживать», что связано с клейким веществом, находящимся в сочном околоплоднике, с помощью которого семена приклеиваются (удерживаются) к веткам дерева. Видовое название растение получило за белую окраску плодов. Русское название — общее для всех славянских языков и предположительно происходит от греческого «omos» — сырой, незрелый.

Необычный облик растения издавна привлекал внимание человека и ему приписывались сверхъестественные свойства, у многих народов оно считалось священным. Особым почитанием была окружена омела у древних германцев. Они связывали ее с легендой о борьбе доброго бога Бальдура и бога зла Локки. В долгой и трудной борьбе бог солнечного тепла и лета Бальдур победил бога ночи и холодной зимы Локки и взял с него клятву, что он не затаит зла против Бальдура и не поранит его ничем, что растет на земле или в воде, никаким оружием, которое могло быть изготовлено из дерева или кустарника. Но коварный Локки затаил злобу и задумал отомстить. Он изготовил смертоносную стрелу из ветки омелы. В самом

деле: омела ни дерево, ни кустарник, растет ни на земле, ни в воде. Этой стрелой он и ранил светлого бога солнца. Тяжело болел Бальдур, не мог давать земле достаточно тепла, дни стали совсем короткими, настала зима, холодный Локки торжествовал. Но отец богов Один пожалел Бальдура, исцелил его своей живительной силой, дни стали увеличиваться, здоровье вернулось к богу солнца, а царство ночи закончилось. В день зимнего солнцестояния (6 января) омела теряла свою губительную силу, но, приобретала всеисцеляющие свойства и стала символом возрождения угасшей солнечной мощи. Сбор омелы был настоящим священнодействием. Вот как, по описанию Плиния, это происходило у древних кельтов: «Омела встречается очень редко, но когда ее находят, ее собирают с торжественными церемониями. Ее собирают главным образом на шестой день луны, с которого они начинают свои месяцы, свои годы и свои 30-летние циклы, ибо на шестой день луна находится во всей силе и не доходит еще до половины своего пути. После соответствующих приготовлений для жертвоприношения и трапезы под деревом дуб приветствуют как универсального целителя. На это место приводят двух белых тельцов, которых никогда не привязывали за рога. Жрец, одетый в белые одежды, взбирается на дерево и золотым серпом срезает омелу, которую подбирают в белую ткань. Затем совершается жертвоприношение». Собранная таким образом омела считалась самым сильным лекарством при разных заболеваниях: при эпилепсии, язвах наружных и внутренних, она будто бы содействует зачатию у женщин, которые носят ее на себе, предохраняет от порчи и злых духов. Исцеляет, якобы, простое прикосновение к омеле.

В Древней Греции и Риме омела также считалась священным растением, была одновременно символом смерти и возрождающейся жизни, поэтому посвящалась Персефоне, богине подземного царства.

В античные времена омелу называли «золотой ветвью». Вергилий в своей поэме «Энеида» рассказывает о том, что Энею для свидания с умершим отцом необходимо было спуститься в подземное царство. Попасть туда он мог только принеся в жертву Персефоне золотую ветвь. Эней отправляется на поиски золотой ветви. Сивилла дает ему совет:

Слушай, что сделать тебе придется. В чаще таится
Ветвь из золота вся, и листы на ней золотые.
Скрыт златокудрый побег, посвященный дольней Юноне,
В сумраке рощи густой, в тени лощины глубокой.
Но не проникнет никто в потаенные недра земные,
Прежде чем с дерева он не сорвет заветную ветку.

После долгих поисков Эней находит золотую ветвь:

Тотчас упрямую ветвь схватил Эней в нетерпенье
И, отломивши ее, унес в обитель Сивиллы.

Свежие листья омелы имеют ярко-зеленую окраску, а зрелые плоды — белую. Однако подсохшие листья ее приобретают жесткость и красивый зеленовато-желтый цвет, отчего она и стала называться Золотой ветвью.

В средние века омеле приписывалась роль универсальной отмычки, а также способность защищать от колдовства. В Австралии ветку омелы кладут на пороге, чтобы избавиться от кошмаров. В Англии крестьяне дают корове после отела пучок омелы для защиты от ведьм, чтобы они не испортили молоко. У народов Западной Европы до сих пор сохранился обычай подвешивать к потолку ветку омелы, сорванную на Рождество.

У японских айнов существуют сходные обычаи. Они считают ее лекарством от всех болезней, а главное, она будто бы обладает способностью повышать урожайность садов и огородов. Листья омелы мелко секут и высевают в землю вместе с семенами, сопровождая действо определенными молитвами. В пищу также употребляют немного омелы.

Растение с такими выдающимися свойствами не могло не использоваться широко и повсеместно в качестве лекарственного средства.

Античные врачи применяли ее при лечении эпилепсии, нервных заболеваний, кровотечений. Авиценна рекомендовал ее при лечении опухолей, для размягчения нарывов.

В Ирландии и Шотландии из нее готовили «Иваново масло» для лечения ран, нанесенных холодным оружием. В XVIII—XIX вв. врачи назначали омелу при головокружениях, апоплексии и истерии.

В народной медицине листья омелы белой применяются также для сидячих ванн при женских заболеваниях, геморрое и в качестве противоглистного средства.

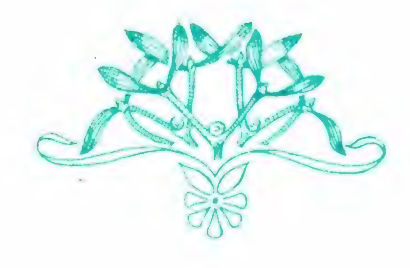
Научная медицина использует препараты омелы главным образом в качестве средства, понижающего артериальное давление. Применяют настойку, настой травы омелы. Однако эффективными они оказались только на начальных стадиях заболевания. Листья омелы включены во французскую и испанскую фармакопеи. В Чехии ее используют при лечении атеросклероза. В нашей стране в настоящее время не применяется.

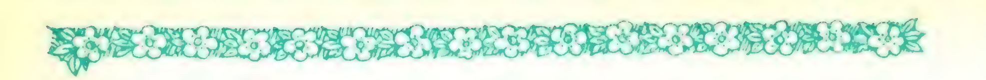
Омела белая — вечнозеленый полукустарничек, паразитирующий на деревьях. Семена ее, погруженные в клейкую мякоть сочного околоплодника, охотно поедаются птицами. Птицы и разносят их по деревьям. Попав на ветку дерева, семя приклеивается к ней и со временем прорастает. Корешок семени прокалывает кору и в дальнейшем развивается между корой и древесиной, давая на новых участках веток молодые побеги. Корневые присоски не внедряются в древесину, а со временем как бы обрастают ею и получают из нее воду и минеральные соли. Омела — полупаразит; органические вещества она производит сама, но все-таки угнетает жизнедеятельность дерева-хозяина и при большом развитии может привести его к гибели. Со временем на ветке образуется зеленый шар «вихорево гнездо» диаметром до 1 м. Продолжительность жизни одного такого экземпляра примерно 40 лет, но один лист живет недолго, не более двух лет. Стебли толщиной с карандаш, узловатые, ломкие, зеленые или желтовато-зеленые. Листья продолговатые с тупой верхушкой, кожистые, расположены супротивно. Они имеют ярко-зеленый либо

желтовато-зеленый цвет, голые, с пятью продольными жилками. Цветки однополые, четырехчленные, сидят по нескольку в пазухах листьев и на верхушках побегов. Цветет в марте — апреле. Плоды ложные, ягодообразные, при созревании белые с одним семенем внутри. Они созревают в сентябре, но остаются на ветках всю зиму. Ядовиты, но птицы поедают их без всякого вреда для себя. Распространена омела на Кавказе и по всему юго-западу европейской части страны, а также в Прибалтике. Насчитывают 32 вида дерева-хозяина, на которых поселяется омела. Чаще это яблоня, груша, тополь, ива.

Ученые установили, что наибольшей физиологической активностью обладает омела, выросшая на иве. Омела светолюбива, поэтому чаще поселяется по периферии кроны, что создает трудность для заготовки сырья. В листьях омелы содержатся сапонины, алкалоиды, производные холина, витамины, жирное масло.

Ягоды омелы раньше использовались для варки клея. В некоторых странах Западной Европы и на Кавказе ветки омелы употребляют для откорма животных.





Речка с грецким орехом
В дымных лучах вечерних
Кажется дальним эхом
Ореховых рощ ничейных...
... Погоди, архитектор, трогать,
Ты — не бог, так будь человеком:
Тебе никогда не построить
Речку с грецким орехом.

Н. Тарасенко



Орех грецкий (волошский) — *Juglans regia* L.
Сем. Ореховые — Juglandaceae

В переводе с латинского языка название растения обозначает «царский желудь», очевидно, потому, что плоды столь высоких вкусовых качеств были достойны даже царей.

На Русь более девяти веков назад растение попало из Греции. По одним сведениям, его привезли греческие купцы, по другим — монахи-проповедники. Во всяком случае первичными очагами его культуры были Выдубецкий и Межегорский монастыри, расположенные по Днепру вблизи Киева. Отсюда и русское название грецкий (греческий) орех.

В Древней Греции орех был посвящен богине Артемиде. По одной из легенд, в ореховое дерево превращена дочь лаконского царя Кария, возлюбленная бога Диониса. По другой легенде, девушки, водившие хоровод вокруг священного дерева, испугались чего-то и бросились под его защиту. Внезапно они превратились в орехи, висящие на его ветвях.

Обильное плодоношение ореха до самого преклонного возраста казалось людям удивительным, поэтому в Древней Греции и Риме он был символом изобилия, достатка и долголетия. В Риме был интересный обычай. В доме каждого юноши хранился запас орехов. Собираясь жениться, молодой человек выходил на улицу и швырял

их своим более молодым товарищам. Он как бы отдавал им свою уходящую молодость, а орех в этом случае был символом вечной молодости. Еще более удивительным казалось внешнее сходство семенного ядра с мозгом человека. Считалось, что орехи не только оказывают благотворное влияние на умственную деятельность человека, но и сами обладают разумом. Платон в своих «Диалогах об Атлантиде» писал, что орехи прячутся от сборщиков, переползая в наиболее густые места кроны. Даже в средние века считалось, что «орехи, которые рвут незрелыми, пищат и плачут». В Вавилоне жрецы запрещали простым людям употреблять орехи в пищу, в Древней Греции орехи преподносили друг другу в торжественных случаях, а в Риме орехи — непременные атрибуты свадебных обрядов. На Кавказе и в Молдавии существует традиция: родился ребенок — сажают ореховое дерево ему в наследство.

Культура грецкого ореха очень древняя. Районы естественного произрастания растения — юг Средней Азии, Иран, Афганистан, западные области Гималаев и Тибета; одновременно эти районы были и очагами его древнейшей культуры. Отсюда орех попал в Закавказье, где нашел для себя прекрасные условия, со временем одичал и сейчас в горных лесных массивах можно встретить обширные участки ореховых лесов. В Грецию он проник, очевидно, из Персии, потому что был известен под названием персидского, или царского, ореха. Колонизировав Крым в IV в. до н. э., греки вместе с кипарисом, лавром, оливковым деревом привезли с собой и орех. Постепенно он расселился по всему полуострову и стал такой же необходимой культурой, как и виноград. В XIX в. из Крыма ежегодно вывозились во все уголки России сотни тонн орехов. Первое ботаническое описание ореха сделал «отец ботаники» древнегреческий ученый Теофраст. Об орехе писали Диоскорид и Цицерон, Плиний и Вергилий, а римский поэт Овидий сообщает, что растение нетребовательно к почве, растет на обочинах дорог и ничего не боится — ни ветра, ни грома, ни дождя, ни зноя.

Такую же давнюю историю имеет медицинское применение ореха. При этом использовались все части растения: плоды, зеленые околоплодники, листья, кора ветвей и корней.

Гиппократ рекомендовал орехи как прекрасное диетическое средство. Порошок из листьев и зеленых околоплодников применялся в качестве кровоостанавливающего и антисептического средства, им лечили свежие и застарелые раны. Рекомендовали орехи в пищу кормящим матерям для усиления лактации.

Авиценна писал: «Ореховый лист и всякая ореховая кожура вяжут и останавливают кровотечение. ... С инжиром и рутой орехи представляют собой лекарство от всех ядов, а с луком и солью — это хорошая лекарственная повязка от укуса бешеной собаки и других животных».

В современной народной медицине он используется при катаре желудка, рахите, эксудативном диатезе, подагре, при внутренних и наружных кровотечениях. Используют его также в качестве противоглистного средства. Настой из листьев и незрелых околоплод-

ников готовят в концентрации 1:10, настаивают 20 мин и принимают по столовой ложке. Настоем листьев лечат кожный туберкулез. Кора корней употребляется в качестве нежного слабительного средства. Орехи используются для лечения гипертонии, при этом рекомендуют ежедневно употреблять 100 г орехов в чистом виде или с медом в течение 45 дней.

До недавнего времени в научной медицине использовались препарат из околоплодников «Юглон» для лечения туберкулеза кожи, а также листья и незрелые плоды для получения аскорбиновой кислоты. Жирное масло, извлекаемое из орехов, содержит большое количество ненасыщенных жирных кислот, поэтому его рекомендуют при лечении атеросклероза. Как высококалорийный продукт орехи используют для восстановления сил у выздоравливающих больных и после хирургических операций.

В гомеопатии листья и околоплодник применяют в качестве маточного средства.

Орех грецкий — крупное дерево высотой до 25 м с пышной развесистой кроной, диаметр ствола — до 1 м. Листья непарноперистосложные, с 2—5 парами листочков на общем черешке. В первую половину лета листья душистые. Цветки мелкие, зеленого цвета; мужские — в повислых сережках, женские — в коротких колосках. Цветки настолько малозаметны, что в Средней Азии в некоторых местах считают, что орех вообще не цветет и потому бытует поговорка: «Умрет тот, кто увидит цветок ореха». Плоды — крупные костянки с косточкой, заключенной в сочный зеленый околоплодник. При созревании сочная часть околоплодника буреет, засыхает и растрескивается, освобождая косточку, которая собственно и называется орехом. Созревают плоды в августе. На Кавказе существует народная примета, что высокий урожай орехов предвещает суровую зиму. Грецкий орех отличается долговечностью. Считается, что отдельные экземпляры способны доживать до 2000 лет. И сейчас тысячелетний великан стоит в грузинском селении Марткоби. Предание гласит, что в его тени находился штаб Георгия Саакадзе во время Марткобского сражения.

Дикорастущие ореховые леса сохранились в южной Киргизии на высоте 1100—2000 м над уровнем моря. Растет на крутых горных склонах, по берегам горных рек, в ущельях. Благодаря хорошо развитой корневой системе удерживается на горных склонах и обеспечивает себя питанием даже на бедных почвах.

Давно отмечено, что под ореховыми деревьями не растут другие растения. В средние века считали, что в них гнездится нечистый дух, который вредит другим растениям и человеку, поэтому ореховые деревья нужно уничтожать. Сейчас ученые установили, что в листьях ореха содержится ядовитое для других растений вещество югландин. Дожди вымывают это вещество из опавших листьев, оно попадает в почву и подавляет рост появляющихся под орехом растений. В семенном ядре содержится до 70 % высококачественного жирного масла, белки, витамины группы В, каротин. Зеленые околоплодники и листья богаты аскорбиновой кислотой и каротином. В листьях най-

дены югландин, эфирное масло, дубильные вещества. Околоплодник содержит красящее вещество юглон.

К. Э. Циолковский назвал грецкий орех хлебом будущего, а И. В. Мичурин — деревом-комбинатом, имея в виду его громадное хозяйственное значение. Сейчас мировое производство грецких орехов достигло 800 тыс. т в год.

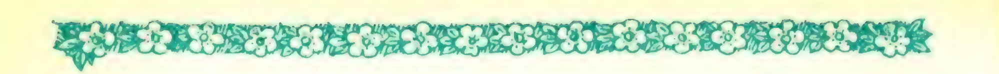
Известно множество блюд, особенно в кавказской кухне, непременным компонентом которых являются грецкие орехи. Без них не может обойтись кондитерская промышленность. Благодаря высокой калорийности орехи — непременная часть рациона экспедиций, космических полетов. Масло, получаемое из плодов, — прекрасный диетический продукт, а также незаменимый высыхающий растворитель красок. Оно образует на холсте прозрачную прочную, не трескающуюся со временем пленку.

Из околоплодников и листьев получают темно-каштановый невыцветающий краситель для шерсти, кожи, волос, древесины.

Листья грецкого ореха обладают инсектицидными свойствами, его запаха не выносят насекомые, поэтому их использовали для борьбы с молью, комарами, мухами. На юге загоны для скота, конюшни, места водопоев издавна обсаживали ореховыми деревьями. Для человека запах ореха в малых дозах приятен, в больших — вызывает головную боль. Особо ценна древесина ореха. Красивая по цвету, легко полируемая, с красивым рисунком она используется для изготовления дорогой мебели, домашней утвари, сувениров, в качестве поделочного материала. Особенно дорого (на вес серебра) ценится ореховый кап — желвакоподобные наплывы древесины у основания стволов. Он отличается особенно красивым рисунком и используется для изготовления крестов, оправы для картин, зеркал, табакерок и других дорогих изделий. Найти кап на орехе считается большой удачей и в прошлом веке в Средней Азии можно было встретить контрабандистов, которые переправляли ореховые капы за границу.

Сейчас в Никитском ботаническом саду ведется большая селекционная работа по введению в культуру крупноплодных с тонкой скорлупой сортов орехового дерева.





Одной пищей с пчелами питаюсь
И в примуле желтой люблю отдыхать,
В ее чашечке дивной, свернувшись, качаюсь,
Лишь совы в трущобах начнут завывать.

В. Шекспир



Первоцвет весенний (баранчики, ключики, кошики, желтуха, первенец, ряст, кудель, примула) — *Primula veris* L.
Сем. Первоцветные — Primulaceae

Латинское название рода *Primula* обозначает «первый»; растение получило его за то, что цветет одним из первых. Видовое название произошло от латинского vernus, что значит «дар весны», весенний.

У многих народов это растение известно под названием ключики. В самом деле, соцветие золотистых цветков, склонившееся в одну сторону, напоминает связку золотых ключей. О появлении этих ключей рассказывается в древнегерманских сагах. Ключи эти принадлежали богине весны Фрее. Эта молодая красавица носила многоцветное ожерелье из радуги, которое ей изготовили гномы. Когда богиня наклонялась, ее ожерелье прикасалось к земле и из него выпадали золотые ключи, тотчас превращавшиеся в золотистые первоцветы. Этими ключами богиня открывала дверь настоящему весеннему теплу, и земля покрывалась яркими цветами.

По древним датским сказаниям в первоцвет была превращена принцесса эльфов. Она была отпущена на землю своей повелительницей, но там встретила юношу, которого горячо полюбила. Полюбила настолько, что забыла свою воздушную родину и не захотела возвращаться. В наказание царица эльфов превратила ее в первоцвет,

а ее возлюбленного — в анемон. И с тех пор они цветут и умирают вместе.

В Древней Греции первоцвет считался лекарственным цветком Олимпа, его называли цветком двенадцати богов — «додекатеоном» и верили, что он возник из тела умершего от любви юноши Паралисоса. Из жалости к нему боги превратили его в цветок. Древние врачи лечили им различного рода параличи. Не случайно в некоторых странах первоцвет известен под названием «параличной травы».

В средние века появилась еще одна легенда. Будто бы связка золотых ключей принадлежала апостолу Петру, который ими отпирал дверь в царство небесное. Однажды ему сообщили, что нечистые подделали ключи от рая и собираются незаконно туда проникнуть. Разволновался апостол, от волнения уронил связку драгоценных ключей на землю. Послал Петр вдогонку за ними ангела, но ангел не очень спешил, ключи успели упасть на землю и глубоко в нее врезались. Из них вырос золотистый цветок. И хотя ключи возвратились к владельцу, отпечатки их остались на земле. От них и пошли растения, которые нарекли ключиками или ключами Петра.

У многих народов примула считалась носительницей магической силы. У древних кельтов и галлов сбором примулы занимались только жрецы, называемые друидами. Сбор этот обставлялся целым ритуалом. Сборщики должны были отправляться за цветками босиком и натощак; срывая растения, нельзя было глядеть на него, так как только в этом случае оно сохраняло свою силу. Собранные таким образом цветки использовали, кроме всего прочего, и для изготовления любовного напитка. Варился он в полночь из смеси вербены, черники, мха, пшеницы, клевера, меда и других более редких снадобий. Вся эта смесь нагревалась дыханием молодых жриц до тех пор, пока не закипала. Приготовленный таким способом напиток считался верным средством от любовных неприятностей. Интересно, что вера в могущество этого растения длилась тысячелетиями. История сохранила достоверный случай, который произошел с древнеримским писателем Апулеем (II в. н. э.). Апулей, будучи еще не старым, женился на престарелой богатой вдове. Родственники жены возбудили против него судебный процесс, обвинив его в том, что он дал своей жене любовный напиток, который сам и приготовил, обманом склонив ее к замужеству. Вдова, говорят, тоже подтверждала, что он дал ей любовный напиток. Апулею пришлось использовать весь свой ораторский и литературный талант, чтобы оправдаться. При этом он сочинил «Апологию, или Речь в защиту самого себя против обвинения в магии», дошедшую до наших дней.

Приписывалось примуле и свойство открывать скрытые клады. Для этого нужно было найти цветок примулы в ночь под Рождество. При этом появлялась женщина, одетая в белое, с короной на голове и ключом в руках. Она и указывала, будто бы, где нужно искать клад, и вручала счастливцу ключ от запертой двери. В Германии рассказывают множество историй — легенд, в которых незадачливые крестьяне и пастухи, обладатели цветка примулы, вначале находили, а затем теряли богатые клады.

В некоторых странах примулу считают цветком замужества. По поверью, та девушка, которая первой найдет на Пасху цветок первоцвета, непременно в этом году выйдет замуж.

Особенно большой любовью пользовался первоцвет в Англии, где о нем сложено множество сказаний. Называли его волшебным цветком и считали, что в нем укрываются от непогоды крошечные феи и старички-гномы. Чуть только светлый месяц закроется темными облаками и первые капли дождя упадут на землю, маленькие человечки высматривают свой любимый цветок, а найдя его, забираются внутрь золотистого венчика и с удобствами располагаются там. Вскоре раздается их приятное пение, только редко кому из смертных удается услышать его.

У славян первоцветы тоже считались ключами весны. На Украине бытовала обрядовая песня: «Смертная неделя (4-я неделя поста, когда зима начинает умирать), куда ты девала ключи? Я отдала их Вербному воскресенью. Вербное воскресенье, куда ты девало ключи? Я их отдало зеленому (чистому) четвергу. А ты, четверг, кому их отдал? Я их отдал святому Юрию». А святой Юрий (23 апреля) встает и бросает их на землю и вырастают из них первоцветы. Приписывали славяне этому растению и магические свойства. Считали его растением, оберегающим жизнь, называли его рястом (за раннее цветение). Нарвав этих цветов, бросают их на землю, топчут и произносят заклинание: «Топчу ряст, дай бог его топтать и следующего года дождаться», а о немощном больном, которому уж не дожить до следующей весны, говорили: «Ему уж ряста не топтать».

Для многих народов первоцвет — олицетворение родины. Поэтому и существует, наверное, следующая легенда. Жил однажды юноша, одержимый неутомимой жаждой знания. Много лет посвятил он изучению различных наук. Объездил разные страны, постиг тайны духов подземелий и духов подводных. Стал, наконец, непревзойденным по знаниям, уму, физической силе. Но это не принесло ему счастья и удовлетворения. Тысячи новых жгучих вопросов мучили его. С надеждой смотрел он на небо — там найдет он ответы на мучительные вопросы. Наконец, удалось ему раздобыть золотой ключ от неба, добрался он до высочайшей вершины мира, куда не доносилось ни единого звука с земли. Но прежде чем открыть дверь неба и достигнуть вечности, он должен был забыть все то, что оставил: мать, семью, свое детство, родину и зеленеющую землю. И в последний момент рука юноши дрогнула; не смог он забыть все дорогое сердцу, упал на оживающую весной землю и долго лежал, а когда проснулся, то увидел в руке вместо золотого ключа от неба золотой весенний цветок первоцвета.

Англичане цветок первоцвета также связывают с образом родины. Расселяясь в разных концах земли по своим колониям, они непременно увозили с собой растение первоцвета и высаживали его в саду. Жилище англичанина всегда можно было узнать по растущей в его саду примуле. Эта привязанность к цветку усилилась после того, как первоцвет стал любимым цветком лорда Биконсфильда, видного государственного деятеля Англии середины XIX в. Еще

совсем молодым человеком лорд познакомился с красивой женщиной, любимыми цветами которой были примулы. Женщина вскоре умерла, и в память о ней лорд не расставался с этими цветами. Не было ни одного дня, когда бы в его петлице не красовался цветок примулы. С тех пор ежегодно 19 апреля, когда в Лондоне торжественно отмечается годовщина смерти этого государственного деятеля, многие носят на груди цветок примулы. Наконец, вершиной культа примулы стало учреждение в 1889 г. «Лиги примулы», основной задачей которой стало увековечивание памяти лорда Биконсфильда и распространение его идей. Примула прославлена и в стихах Шекспира. В комедии «Сон в летнюю ночь» эльф поет:

Я служу царице чудной
В час полночной тишины.
Видишь примул на лужайке
Охранительниц ее,
Видишь пятна расписные
На одеждах их златых?
То рубины дорогие —
Дар волшебниц молодых...
...Я несусь для собиранья
Капель утренней росы;
Я повесить в серединке
Каждой примулы хочу
По жемчужинке-росинке.

В древности верили во всеисцеляющую силу этого растения и применяли при простудах, заболеваниях почек, суставов, против опухолей и в качестве ранозаживляющего средства. Одним из первых растений, включенных в русские травники, были баранчики (так называли первоцвет за мохнато-морщинистые листья). Из листьев и цветков готовили успокоительные и потогонные настои, применяли и против цинги.

В современной народной медицине примулу используют при простудных заболеваниях как отхаркивающее. Настой из цветков употребляется как мочегонное и слабительное средство. Пьют его и при мигрени. На детей он оказывает легкое снотворное действие. Настой готовят из расчета 4 г цветков на 200 г воды.

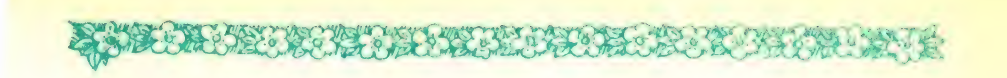
В научной медицине используется отвар из корневищ с корнями как отхаркивающее и мочегонное средство. Листья первоцвета выделяются среди других растений рекордным содержанием аскорбиновой кислоты, поэтому в свежем, высушенном виде либо в виде порошка используются как витаминное при весеннем гиповитаминозе. Двух-трех свежих листьев достаточно для удовлетворения суточной потребности взрослого человека в аскорбиновой кислоте.

Первоцвет весенний — небольшое многолетнее травянистое растение с коротким вертикальным корневищем, от которого отрастает пучок шнуровидных придаточных корней. Листья продолговато-яйцевидные, с крылатым черешком. Молодые листья опушены, сетчато-морщинистые. Одновременно с розеткой листьев вырастает цветочная стрелка высотой 20—30 см. Она сочная, цилиндрическая, заканчивается односторонним поникшим зонтиком золотистых душистых

цветков. Чашечка трубчатая, слегка вздутая, остается при плодах. Венчик трубчатый с пятью отогнутыми листочками. При входе в трубку венчика в зеве расположены красноватые пятна. Цветет первоцвет в мае. Плоды — буроватые коробочки с многочисленными семенами. Растет в светлых лесах на опушках и полянах, на лугах. Встречается по всей европейской части страны, исключая Крайний Север. Корневища и корни первоцвета содержат около 10 % сапонинов, листья — до 6 % (на сухую массу) аскорбиновой кислоты. Цветочные стрелки и листья употребляют в пищу в качестве витаминной и салатной зелени, корни иногда используют как пряность.

Различные виды первоцветов давно введены в культуру, выведены многочисленные декоративные сорта. В XIX в. возникла мода на эти цветы. Любители-садоводы и торговцы цветами строили для них теплицы, активно занимались селекцией новых сортов. Составлялись богатые коллекции, которые были предметом гордости их владельцев, а для некоторых — средством быстрого обогащения. Особенно славились голландские бархатистые аурикулы и английские мучнистые сорта. За редкий сорт платили немалые деньги. Большой любительницей этих цветов была русская императрица Екатерина II. Рассказывают, что у нее была комната, уставленная саксонским фарфором, на котором были изображены цветы примулы.





... стрела роковая
в мощном Айдесовом храме стояла и мучила душу
Бога. Пеан врачевством, утоляющим боли, осыпав,
Скоро его исцелил, не для смертной рожденного жизни.

Гомер



ион уклоняющийся (жгун-корень, Марьин корень, Марья Коревна) — *Paeonia anomala* L.
Сем. Лютиковые — Ranunculaceae

Родовое название образовано от греческого слова «paionios» — целительный, врачующий. О происхождении родового названия растения повествует Плиний Старший. Название это дано будто бы по имени врача Пеана, ученика самого бога врачебного искусства — Асклепия. Как-то Пеан получил от Латоны, матери Аполлона и Артемиды, целебные корни, которыми он успешно лечил болезни богов и людей. Излечил он и Аида (Айдеса) — бога подземного царства — от тяжелой раны. Добывать эти корни было нелегко, так как сторожил их пестрый дятел, который выклевывал глаза всякому, кто пытался выкопать их. Поэтому добывать корни ходили только ночью, когда дятел спал. Успехи ученика не давали покоя Асклепию, из зависти он приказал отравить Пеана. Но благодарный за свое спасение Аид не дал погибнуть своему исцелителю. Он превратил его в растение, корнями которого Пеан так успешно пользовался. С тех пор растение носит несколько видоизмененное название пион.

Согласно другому преданию, растение получило свое наименование от фракийской местности Пеонии, где оно обитало в большом количестве.

В древности корень растения считали чудодейственным, способ-

ным изгонять злых духов, наваждения, успокаивать судороги. Для этого кусочки его корней нанизывали, подобно бусам, и носили на шее. В средние века не сомневались в следующем рассказе Галена:

Он повествует, что видел больного падучей ребенка,
Возрастом был он восьми или около лет, этот мальчик
Корень пиона обычно носил как лекарство, на шею
Средство повесив; но корень однажды случайно сорвался, —
Тотчас же мальчик упал, а когда привязали на место
Корень, — он сразу поднялся; Гален, досконально желая
Дело проверить, вторично сорвал его с шеи ребенка,
Вновь тот упал и воспрял, лишь на шею повесили корень;
Так с очевидностью сила подобной травы проявилась.

Одо из Мена

Если учесть, что больных эпилепсией считали одержимыми злыми духами, то понятно, почему пиону приписывались сверхъестественные силы. В средние века в Европе пион по пышности и красоте цветка считали соперником розы. По этому случаю рассказывают такую легенду. Однажды богиня Флора собралась в дальнее путешествие и на время своего отсутствия решила выбрать себе замену. О своем решении она сообщила цветам и дала им 48 часов на обдумывание претендента на столь почетный пост. В назначенный час все собрались на лесной поляне. Цветы оделись в свои самые яркие наряды, блистали свежестью и благоухали разнообразными ароматами. Однако ни у кого не было сомнения в том, что заменить Флору достойна только красавица роза. Нет ей равных по аромату, красоте и изяществу цветка. Один пион думал иначе. Он надувался как можно больше, чтобы перещеголять розу пышностью и величиной цветка. На всех он смотрел с гордостью и презрением, не сомневаясь, что именно он достоин быть соперником Флоры. И когда Флора увенчала своим венком розу, он один закричал: «Не согласен!» Рассердилась богиня. «Глупый цветок, — сказала она ему. За свое самодовольство и пустоту оставайся всегда таким пышным и толстым. Пусть никогда бабочки и пчелы не посещают тебя. Будешь ты символом гордости, самомнения и чванства». Говорят, что только тогда пион покраснел от стыда, отсюда и пословица: «Покраснел, как пион».

Врачи Древней Греции, Рима, Китая, стран Арабского Востока считали корни пиона одним из целебнейших средств. В восточной медицине трава и корни пиона издавна использовались как составная часть противоопухолевых средств. Авиценна рекомендовал пить его на медовой воде: «это помогает от кошмаров». Он также применял его от болей в матке, почках и в мочевом пузыре. В средневековой медицине его употребляли при заболеваниях печени, почек, селезенки, при маточных заболеваниях.

Пион уклоняющийся, известный в народе под названием Марьин корень, — одно из популярных растений народной медицины. Его применяют при язвенной болезни желудка с пониженной кислотностью, как кровоостанавливающее средство, при подагре, эпилепсии, ревматизме и параличах.

В научной медицине настойку из корней рекомендуют в качестве успокаивающего средства при бессонице и при невротических состояниях различного происхождения.

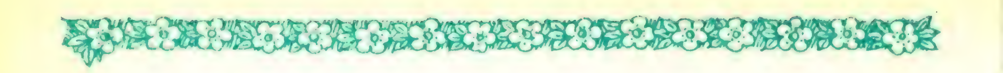
В Западной Европе используют пион лекарственный с пурпурными цветками.

Пион уклоняющийся — крупный травянистый многолетник с мощным горизонтальным корневищем и веретенообразными корнями. Стеблей может быть несколько высотой до 1 м. Листья очередные, тройчатораздельные на ланцетовидные доли. Цветки одиночные, крупные, до 13 см в диаметре. Лепестки венчика розовые, чашечка зеленая. Плоды многолистовки. Цветет в мае — июне. Растет в лесах северо-востока европейской части страны, на юге Сибири, в горах Казахстана и Средней Азии. Иногда поднимается в горы на высоту до 2000 м.

Пионы издавна привлекали людей красотой цветка. В Китае он столь же популярен, как хризантема в Японии или роза в Европе. Там выведено более 10 000 сортов, отличающихся формой, окраской, размерами, ароматом цветка.

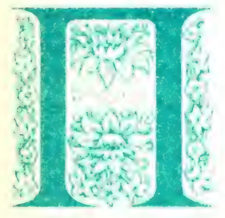
Корни пиона уклоняющегося содержат эфирное масло, большое количество крахмала, гликозид салицин, дубильные вещества, до 10 % сахара, микроэлементы — стронций и хром. Они имеют сладкий вкус и запах метилсалицилата. В Сибири его используют как приправу к мясу. Растение охраняемое, внесено в Красную книгу.





Есть множество цветов
Красивых, осторожных,
Но мне приятней всех
Обычный подорожник.
Ему, быть может,
И трудней расти,
И все же он с людьми
Находится в пути!

С. Баруздин



Подорожник большой (семижильник, порезник, попутник, ранник, чирьевая трава) — *Plantago major* L. Сем. Подорожниковые — Plantaginaceae

Родовое название образовано от латинских слов planta — ступня и agere — двигать, так как прижатые к земле листья напоминают след ноги. В Древней Греции его называли «арноглосса» из-за того, что листья его похожи на овечий язык.

Русские названия «подорожник», «попутчик» связаны с местообитанием его у дорог. Другая группа названий — «порезник», «ранник», «чирьевая трава» — даны растению за ярко выраженные ранозаживляющие свойства. По рассказам эти свойства были открыты так. Однажды две змеи, расположившись на дороге, грелись на солнце. Вдруг из-за поворота выехала повозка. Одна змея успела уползти с дороги, другая задержалась и колесо переехало ее. Люди, сидевшие в повозке, увидели, как первая змея, оставшаяся невредимой, уползла, но вскоре возвратилась с листом подорожника, которым и исцелила пострадавшую. Этот случай будто бы натолкнул людей на мысль использовать растение для лечения ран. Так это было или нет, но применение подорожника в медицине известно не менее 2 тыс. лет. Употребляли его Гиппократ и Гален. Диоскорид называл его многореберным или семиреберным (по количеству жилок). Авиценна считал, что «...он чрезвычайно хорош для язв... Ли-

стья его вяжут... Они препятствуют кровотечению, а будучи высушены, способствуют заживлению застарелых и свежих язв, и при язвах нет ничего лучше этого». И еще интересная рекомендация: «Когда варят чечевичную похлебку и кладут туда подорожник вместо свеклы, такая похлебка полезна от водянки».

В средние века его применяли при заболеваниях легких, желудка, различного рода кровотечениях, опухолях, заболеваниях уха и глаз, как противолихорадочное средство.

Три его корня возьми, растерев, и смешай вместе с ними
Три киафа вина и воды в одинаковой мере;
Все это следует пить лихорадкой больному до дрожи,
Так лихорадку изгонишь, что носит названье трехдневной, —

записано в поэме «О свойствах трав».

В народной медицине он применяется в виде свежеистолченной массы при длительно незаживающих ранах и язвах. Такую же массу используют при укусах пчел, ос и даже змей. Она оказывает не только болеутоляющее действие, но и предупреждает появление отека. Употребляют его и при заболеваниях верхних дыхательных путей. Семена подорожника большого используют в качестве безвредного слабительного средства.

В научной медицине используются трава и листья подорожника при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, гастритах и язвенной болезни с пониженной кислотностью желудочного сока. Применяют настой, приготовленный в концентрации 1:20 или 1:10. Принимают по одной столовой ложке 3 раза в день в течение месяца. Свежий сок листьев обладает бактериостатическим действием и может применяться в качестве ранозаживляющего средства.

Подорожник большой — травянистый многолетник с мочковатой корневой системой и розеткой крупных темно-зеленых листьев. Листья продолговато-яйцевидные, с цельным либо редко- и крупнозубчатым краем, имеют несколько дугообразных очень прочных жилок — сосудов. Благодаря этим жилкам листья подорожника не ломаются и успешно противостоят вытаптыванию. При отрывании листа они остаются на обрыве в виде тонких спиралей. К началу лета из середины листовой розетки приподнимаются несколько цветочных стрелок высотой 20—30 см. Они заканчиваются соцветием колос, состоящим из невзрачных буроватых четырехчленных цветков. Плоды — коробочки с большим количеством (5—34) мелких бурых семян. Одно растение способно дать до 60 тыс. семян. Наружный слой оболочки у них слизистый, при попадании воды они сильно ослизняются, становятся клейкими. Прилипая к обуви человека, к копытам, лапам животных, переносятся на далекие расстояния. Полагают, что таким образом подорожник попал в Америку. Прилипнув к обуви первых переселенцев, копытам лошадей, его семена переправились через океан и двинулись в глубь материка. Везде, где поселялись белые люди, вскоре вслед за ними появлялся подорожник. Индейцами он был назван «следом ноги белого человека». Сейчас он встречается повсюду, за исключением Крайнего Севера. Он появился даже на островах Антарктиды, где его разносят пинг-

вины. Способом распространения и объясняется его приверженность к дорогам: он расселяется по путям интенсивного передвижения людей, транспорта, животных. Приспособился и к вытаптыванию. Даже загадка на этот случай придумана: «Лег пластом у дороги, разметал руки, ноги. Его бьют сапогом, его бьют колесом, ему все нипочем, хоть ударь кирпичом». Интересно, что его листья накапливают меньше токсических веществ, чем другие растения, живущие вдоль оживленных автотрасс.

Не однажды, не дважды поранившим ноги
Ты целебною силой своею помог.
Подорожник! Всегда ты растешь по дороге.
Рос ли ты, когда не было в мире дорог?

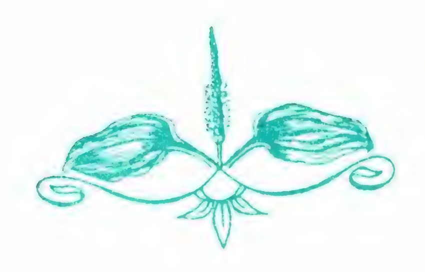
М. Владимиров

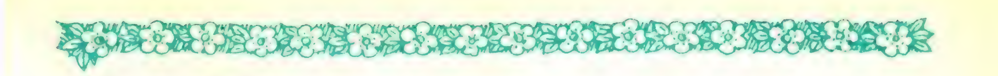
Листья подорожника имеют богатый химический состав. В них содержатся гликозид аукубин, холин, витамин K, каротин, дубильные вещества, полисахариды.

Молодые листья весной используют в салатах как витаминную зелень. Из них на Дальнем Востоке и на Кавказе делают супы.

О популярности подорожника в народе говорит поэт И. Тихонов:

Панацея, панацея —
Животворная трава,
О тебе не оскудеет
В селах северных молва...
...Чернолесье, луг
Да пожни,
По тропинке полевой
Стелет листья подорожник,
Давних лет попутчик мой.





...какая радость —
Средь хвойной тишины
Принять цветы в награду
Из рук самой весны.

И. Рыжиков



Подснежник (подснежный колокольчик) — виды рода *Galanthus* L. Сем. Амариллисовые — Amaryllidaceae

Родовое латинское название образовано от двух греческих слов — «gala» и «anthos», что значит молочноцветковый. Название это подснежник получил за снежно-белую окраску цветка. Растение пользовалось особым вниманием и любовью людей, потому что после долгой и трудной зимы было первым вестником пробуждающейся природы, символом прихода весны, надежды. Рассказывают, что когда первые люди, Адам и Ева, покидали рай, то шел снег. Ева озябла и в утешение ей, как символ надежды на скорый приход теплой весны, несколько снежинок превратилось в цветки подснежника. А в одном из старинных немецких сказаний говорится, что, когда на земле появился снег, ему тоже захотелось украсить себя яркими цветами, но ему достался лишь белый подснежник. Однако снег ему так обрадовался, что позволил цвести прямо под снежным покрывалом.

Ганс Христиан Андерсен написал сказку о маленьком безрассудном подснежнике, которому выпала долгая и прекрасная жизнь. Поверив первому солнечному лучу, цветок вышел на волю из своего домика-луковички. Но на земле его ждали снег, холодные ветры и непогода. Однако он был так прекрасен, нежен и прозрачен, что все, кто его видел, радовались, как вестнику теплого лета. Он был первым

и единственным. И подснежник стойко переносил все невзгоды холода. Увидев его, дети сорвали цветок, а молоденькая девушка послала его вместе со стихами своему дружку по почте. Как же обрадовался юноша этому посланию любви и цветку: ведь он был первым и единственным. Но любовь молоденькой девушки оказалась непостоянной и, когда цветок вновь попался на глаза молодому человеку, он в сердцах бросил его на пол. Правда теперь он уже был сухим и сплющенным, но все равно выглядел как нарисованный. И его опять положили в книгу со стихами. Это оказались стихи Амброзиуса Стуба — вечно юного датского поэта, который сам был как слишком ранний подснежник и поэтому на его долю выпали те же злые невзгоды, что и на долю маленького безрассудного цветка. Так поэт и цветок оказались вместе.

А вот еще один рассказ. Бродила по замерзшей земле седая Зима, совсем изнемогла, но сдаваться не хотела и, чувствуя, что приходит ей конец, призвала на помощь своих верных подручных — Северный Ветер и Стужу. Ветру велела заслонить темной тучей солнце, а Стужу послала под снежное покрывало сообщить всем цветам и травам, что Весна все равно не придет, так чтобы не смели расти и высовывать голову из-под снега. Опечалились и задрожали цветы, услышав такое сообщение от Стужи. Один маленький Подснежник не испугался. Он храбро поднял свою головку, поднатужился и проломил ледяную корку. На всей земле стояла Стужа и гулял Северный Ветер, но подснежник не сдавался под натиском непогоды и упрямо ожидал появления Солнца. Наконец Солнце пробилось своими теплыми лучами сквозь темную тучу и осветило ими землю. Обрадовался ему Подснежник! Звонко зазвенел он своими серебряными колокольчиками, извещая своих друзей, цветы и травы о приходе Весны. Так вместе, Солнце и маленький храбрый подснежник, победили злую старуху Зиму.

Людей всегда изумляла необычайная способность подснежника расти под снегом. Как видно, это нашло отражение и в легендах о нем. Ученые объяснили эту биологическую особенность растения. Подснежник относится к так называемым эфемероидам. Сам он мал ростом, обитает под пологом темного леса, поэтому весь цикл вегетации должен у него закончиться до появления листвы на деревьях. С весны предыдущего года он накапливает запас питательных веществ в луковице. Тогда же закладываются зачатки органов будущего года — стебля, листьев, цветка. Под снегом они медленно развиваются, а с наступлением первого тепла подснежник, используя запас питания из луковицы, быстро трогается в рост и зацветает. Обычно это случается в феврале — марте. Цветение продолжается около месяца, затем формируются плоды и к концу мая, когда лес одевается листвой и на поверхность почвы попадает совсем мало света, подснежник заканчивает цикл: его надземная часть отмирает и вновь на поверхности земли он появится только весной будущего года.

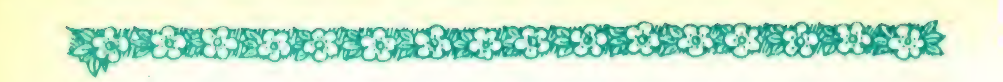
О его лекарственном применении в прошлом известно мало. Однако Одо из Мена в своей поэме «О свойствах трав» сообщает о его применении в качестве желудочного, ветрогонного и мочегонного

средства: «...Пищеварение тем улучшает и колики лечит. Если его пожевать, изо рта будет запах приятный...»

Современная медицина использует препарат алкалоида галантамина, полученного из унгернии. Галантамин применяют при лечении остаточных явлений полиомиелита и двигательных расстройств, вызванных повреждениями центральной нервной системы.

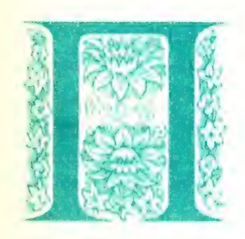
Подснежник Воронова и другие близкие виды (у нас их 10 видов) — многолетние луковичные растения с одной яйцевидной луковицей длиной около 3 см. Ранней весной на поверхности земли появляются два линейных темно-зеленых листа с цветоносом между ними. Листья при полном развитии достигают 15—20 см, цветонос с цветком — чуть длиннее. Листья блестящие, на верхушке зауженные, со второй половины цветения складчатые. Цветок один; вначале он заключен в прозрачный пленчатый прицветный лист, а затем поникает на тоненькой цветоножке. Околоцветник правильный, простой, состоит из шести долей, расположенных в два круга. Доли наружного круга крупные, снежно-белые, слегка выпуклые, доли внутреннего круга примерно в 3 раза меньше, образуют внутреннюю трубочку. Они белые, с сердцевидной выемкой на верхушке и с зеленым пятном у этой выемки. Цветки душистые. Плоды — трехгнездные коробочки. К концу мая листья и плоды полегают на землю и засыхают. Плоды дозревают уже на поверхности земли. Размножаются подснежники вегетативно — дочерними луковицами и семенами, которые растаскиваются муравьями. Растет в широколиственных лесах на юге и юго-западе европейской части страны, иногда — в виде зарослей. Эндемик Кавказа. Как раноцветущие и красивые растения пользуются повышенным вниманием сборщиков цветов, поэтому в качестве интенсивно уничтожаемых внесены в Красную книгу, охраняются. Легко приживаются и размножаются в культуре. Иногда повторно дичают.





...На длинной, вытянутой шее,
Подставив голову ветрам,
Под солнцем жарким хорошея,
За солнцем ходит по пятам
И вдаль посматривает мельком
На склоны золотого дня,
И машет желтой тюбетейкой
Из-за высокого плетня...

А. Никоноркин



Подсолнечник однолетний — *Helianthus annuus* L.
Сем. Астровые — Asteraceae

Родовое латинское название образовано от двух греческих слов: «helios» — солнце и «anthos» — цветок. Сходство формы корзинки с солнцем, а также способность поворачивать соцветия вслед за солнцем (гелиотропизм) послужило основанием для такого названия.

Родина подсолнечника — американский континент. Здесь его ареал представлен двумя изолированными участками в Южной и Северной Америке. В степях Калифорнии дикорастущие виды подсолнечников образуют непроходимые заросли. В древней Мексике его называли «цветком солнца», изготовляли его изображения из золота и поклонялись ему. При археологических раскопках древних индейских поселений найдены глиняные сосуды с семянками подсолнечника, возраст которых датируется 2—3 тысячелетиями. На одной из старинных гравюр XVI в. изображено индейское поселение в окружении подсолнечников. Индейцы использовали в пищу семена, а из подсолнечниковой муки пекли хлеб. В Европу семянки впервые были привезены в 1510 г. и высеяны в Мадридском ботаническом саду. Первое ботаническое описание подсолнечника дал ботаник Лобелиус. Этот подсолнечник был совершенно не похож на всем известное современное растение: он был невысоким, со множеством боковых побегов, каждый из которых заканчивался небольшой (до 3 см в диа-

метре) корзинкой оранжевых либо красных цветков. Цвел он до глубокой осени. Выращивали его как декоративное растение, у него были поклонники и одно время он был в моде. Его воспевали поэты, изображали художники. А. Ван-Дейк написал автопортрет с цветком подсолнечника. И хотя семянки его были мелкими, кое-где их употребляли в пищу. Например, в Германии из жареных семян варили кофе, в Португалии делали муку. Петр I узнал о подсолнечнике во время путешествия по Западной Европе и распорядился о присылке его семян в Россию. Но и здесь его растили как заморский цветок. Однако климат юга России и черноземные почвы пошли ему на пользу, корзинки и семена его делались все крупнее. В течение ста лет подсолнечник мало привлекал внимание русских земледельцев, лишь семена его иногда использовали для откорма птицы. И вот в 1779 г. в Академическом ежегоднике появляется статья «О приготовлении масла из семян подсолнечника». В 1794 г. акад. В. М. Севергин пишет: «Сие растение почитается способным исцелять раны. Наибольшее употребление семени есть в пищу попугаям; можно получать из него масло; пережженные семена имеют запах кофея и производят наливку почти столь же приятную».

Однако это мало продвинуло дело и неизвестно, сколько бы времени еще подсолнечнику оставаться кормом для попугаев, если бы не смекалка и предприимчивость русского крестьянина Бокарева — крепостного графа Шереметьева, садовника из Воронежской области.

В статье «О разделении подсолнечников» помещик Терентьев писал: «Год покупки мною имения ознаменован в народной памяти тем, что в тот год (1829) некто Бокарев, крестьянин графа Шереметьева... вздумал для пробы посеять в своем огороде, так, для своего удовольствия, весьма небольшое количество семян подсолнечника; когда подсолнечники выросли, он, Бокарев, испытал семена пробить на ручной маслобойке и, к радости своей, получил превосходное масло, какого он никогда не видывал и какого здесь не было в продаже».

Таким образом, точно известен год рождения новой масличной культуры. Пример Бокарева был подхвачен, посевы подсолнечника расширялись и в 1833 г. был построен первый маслобойный завод, а в 1835 г. начался экспорт масла за границу. В течение последующих 30 лет успехи в выращивании подсолнечника и производства масла из него были столь значительны, что дали основание русским промышленникам заявить, что они могут залить подсолнечным маслом Балтийское и Черное моря. Уже в конце XIX в. были начаты работы по селекции подсолнечника. К началу первой мировой войны выведены первые сорта с содержанием масла до 30 %. Выдающиеся достижения в селекции подсолнечника связаны с именами отечественных селекционеров, академиков В. С. Пустовойта и Л. А. Жданова. Современные сорта подсолнечника содержат до 50 % жирного масла. Подсолнечник родом из Америки настолько акклиматизировался в России, что его можно с полным основанием назвать русской культурой. Из десяти выращиваемых подсолнечников семь растут

в нашей стране. А в Америке культивируются сорта «Русский мамонт» и «Русский гигант».

Лекарственное применение подсолнечника ограничено. В народной медицине применяются язычковые цветки и листья подсолнечника в виде спиртовой настойки при лихорадке и невралгии простудного характера.

В научной и народной медицине используется подсолнечное масло. Внутрь (столовыми ложками) — как слабительное, наружно — в составе различных мазей, линиментов, в качестве основы. Пережаренное подсолнечное масло используется для лечения ран и ожогов. Иногда масло рекомендуют для лечения и профилактики атеросклероза.

Подсолнечник однолетний — крупное травянистое растение высотой до 2,5 м. Стебель толстый, покрытый шиповатыми волосками. Листья очередные, сердцевидные, на длинных черешках. Главный и боковые побеги заканчиваются крупными поникающими одиночными корзинками до 30 см в диаметре. Снизу корзинка имеет обвертку из черепитчато расположенных листочков, по краю находятся бесплодные желтые язычковые цветки, а в середине — буроватые, трубчатые. Каждый трубчатый цветок сидит в ячейке, образованной пленчатыми прицветниками. В этих же ячейках созревают семянки. Семянки яйцевидной формы, четырехгранные, разнообразной величины и окраски в зависимости от сорта. Семенное ядро приятного маслянистого вкуса.

Культивируется повсеместно на юге страны.

В листьях содержатся каучук, смолы, каротин, в цветках — кверцетин, антоцианин, холин, бетаин.

Ботва подсолнечника часто используется на корм скоту. Молодые корзинки можно употреблять в качестве салатной зелени, а отходы производства масла — в пищевой промышленности для изготовления халвы и других продуктов.





Свойства различные трав я в поэме воспеть собираюсь
И справедливым считаю начать с артемизии;
Это — мать многочисленных трав, нареченная греческим словом.
Действие этой травы, говорят, открыла Диана,
Что Артемидой зовется у греков; отсюда названье
Эта имеет трава, получив открывателя имя.

Одо из Мена



олынь горькая (нехворощь, полынь сорная, глистник) — *Artemisia absinthium* L.
Сем. Астровые — Asteraceae

Относительно происхождения родового латинского названия у исследователей нет единого мнения. Большинство считает, что оно произошло от греческого слова «artemes» — здоровый, так как во все времена и у всех народов полынь пользовалась славой всеисцеляющего средства, была как бы вместилищем здоровья. В связи с этим Плиний рассказывает, что соком полыни награждали победителей в беге, состязания которых проводились в священные дни. Считалось, что это достойная награда, так как с помощью полыни они сумеют сохранить здоровье, «а ведь оно, как известно, и целого мира дороже».

Согласно другой версии, растению дано имя Артемизии, жены царя Мавзола, которая будто бы излечилась этим растением.

Третий вариант происхождения названия изложен в поэме Одо из Мена «О свойствах трав». По преданию, Артемида была покровительницей рожениц, и она будто бы впервые применила полынь в качестве родовспомогательного средства. Об этом свойстве полыни знали не только в Древней Греции, но и в Египте, Китае. Жрецы Изиды, богини плодородия и материнства, носили на голове венки

из полыни. Считалось, что полынь охраняет от дурного влияния и несчастья.

Видовое латинское название *absinthium* в переводе с греческого обозначает «без удовольствия», так как лекарства из полыни очень горькие.

Русское название полынь произошло от славянского «полети» — гореть, опять-таки из-за очень горького вкуса, от которого во рту горит.

На Руси — это обрядовое растение. В начале лета праздновался девичий праздник Семик. В этот день молодежь «гоняла русалок». Девушки весь день носили полынь у себя под мышками для предохранения от ведьм и русалок. Увидев девушку с растрепанными волосами, на вопрос ее: «Что у тебя в руках?» нельзя отвечать «мята» или «петрушка», иначе русалка защекочет до смерти. Нужно сказать «полынь» — и русалка тотчас исчезнет. Кроме того, в этот праздник полынь служила приворотным зельем, стоило только во время игр хлестнуть избранника стеблями полыни.

В Белоруссии считалось, что пучок полыни, подвешенный над дверями дома, охранял его обитателей от колдовства. А в России для этих же целей под Рождество или новый год полынью окуривали дома и конюшни. Для этого полынь срывали только на Успение, 28 августа, освящали в церкви и хранили до тех пор, пока понадобится.

У многих поэтов и писателей полынь ассоциируется с образом Родины.

Известность приобрела повесть о емшан-траве (тюркское название полыни), содержащаяся в Волынской летописи и переложенная на стихи в XIX в. поэтом А. Н. Майковым. Поэма названа «Емшан».

Два брата-хана — Сырчан и Отрок — кочевали в широкой половецкой степи, совершали набеги на Русь, брали богатый полон, пировали, празднуя победу. Но пришлось жестоко поплатиться им за грабежи на русской земле.

То с русской силой Мономах
Всесокрушающий явился —
Сырчан в донских залег мелях,
Отрок в горах Кавказских скрылся!

Долго не могли оправиться ханы от разгрома, но вот умер Мономах, и захотел Сырчан, чтобы вернулся брат в родные степи. Шлет он к нему певца с наказом:

Он там богат, он царь тех стран,
Владыка надо всем Кавказом —
Скажи ему, чтоб бросил все,
Что умер враг, что спали цепи,
Чтоб шел в наследие свое,
В благоухающие степи!

Но Отрок равнодушно внимает призыву брата, напевы родных песен не трогают его. Он подает знак, чтобы певца увели.

И взял пучок травы степной
Тогда певец и подал хану —

И смотрит хан — и, сам не свой,
Как бы почуя в сердце рану.

Запах степной полыни пробудил у хана воспоминания о родине.

И вдруг, взмахнувши кулаком,
«Не царь я больше вам отныне! —
Воскликнул: смерть в краю родном
Милей, чем слава на чужбине!»

Не менее поэтические строки посвятил полыни современный поэт А. Малышко:

В степи былинной где-то кони мчат,
Над степью в небе лебеди кричат
И свист стрелы, пронзительный и злой,
Полынь трава, ты слышишь над собой.
А ты встаешь из-под крутых копыт,
Свой стойкий дух, как иллюзорный щит,
Вновь поднимаешь, богатырь былинный,
Ты, дерзкий куст, мой горький куст полынный!

В старину считалось, что полынь впитала в себя всю горечь людских страданий и поэтому нет травы горше полыни. Древнеримский поэт Овидий писал: «Печальный полынь торчит по пустынным полям, и горькое растение соответствует своему месту». За горечь полынь прозвана вдовьей травой, и сама она стала олицетворением горечи: «Горька, как полынь», — часто говорим мы. О ней сложены поговорки:

Полынь после меду горче самой себя,
Чужая жена — лебедушка, а своя — полынь горькая,
Речи как мед, а дело — как полынь.

Для лечения болезней полынь используют с глубокой древности. Плиний писал, что путник, имеющий при себе полынь, не почувствует усталости в дальней дороге. Ее применяли при желудочных и глазных заболеваниях, в качестве мочегонного и глистогонного средства, при лихорадке и т. п. Авиценна рекомендовал ее при морской болезни. Он говорил о ней: «...Это прекрасное, удивительное лекарство (для аппетита), если пить ее отвар и выжатый сок десять дней». Он отзывался о ней как о сильнейшем противоядии, а также считал, что если развести чернила соком полыни, мышь не будет грызть написанную ими книгу. Очевидно, эта проблема была актуальной и тысячу лет назад. В средние века полынью лечили самые разные заболевания и прежде всего желудочные:

Как бы ее ни принять, — укрепляется вскоре желудок:
Лучше, однако, трава, коль отваришь с водой дождевою
И перед самым принятьем остудишь под небом открытым.
...Гонит он также глистов и смягчает желудок, а если
Примешь ты этот отвар, — непомерную боль успокоишь.
...И селезенке поможет, коль с уксусом выпита будет.
Кроме того, если примешь, — грибную изгонит отраву.
Взятая вместе с вином, со смертельной сразится цикутой
При ядовитых укусах, коль выпьешь, она помогает ...

Одо из Мена

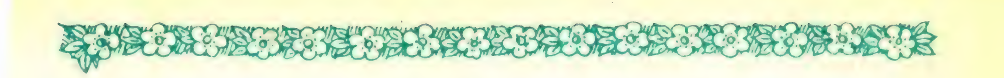
В народной медицине ее применяют как желудочное, желчегонное, мочегонное, болеутоляющее, успокаивающее и глистогонное средство. Как дезинфицирующее используется даже при холере. Вместе с чабрецом в соотношении 1:4 ее берут для изготовления отвара, применяемого для лечения алкоголизма (по одной столовой ложке 3 раза в день в течение 2—3 месяцев). Употребляют полынь и при ожирении.

В современной научной медицине препараты полыни горькой рекомендуются как горечь для возбуждения аппетита и при заболеваниях желудка с пониженной секрецией. Настои готовят из расчета одна чайная ложка измельченной травы на два стакана воды. Принимают по $^{1}/_{4}$ стакана 3 раза в день за 30 мин до еды.

Полынь имеет репутацию санитарно-гигиенического средства. Ею окуривали заразных больных и помещения во время войн и эпидемий, ее использовали против вшей и блох. С этой целью в ветеринарии она применяется и в настоящее время. При систематическом употреблении внутрь может вызвать тяжелое отравление. В Китае известна цзю-терапия — метод прижигания рефлексогенных зон тела полынными сигаретами.

Полынь горькая — крупный многолетник, ежегодно образующий несколько мощных (высотой до 1 м) стеблей. Листья многочисленные, в прикорневой розетке и стеблевые. Прикорневые листья дважды-, триждыперисторассеченные на ланцетовидные доли, к верхушке стебля постепенно уменьшаются и упрощаются. Стебли и листья седоватые от обильного опушения. Цветки мелкие, желтые, собраны в шаровидные поникающие корзинки, а корзинки, в свою очередь, — в раскидистые метелки. Плоды — очень мелкие (длиной до 1 мм) семянки бурого цвета. Все растение имеет сильный своеобразный ароматный запах и горький вкус, который ощущается на губах даже просто при работе с сухой травой. Растет как сорняк по обочинам дорог, на лугах, на залежах, по полям и огородам. Иногда встречается в массовых количествах. В траве полыни горькой содержатся горькие вещества абсинтин и анабсинтин, сапонины, дубильные вещества, до 2 % эфирного масла, содержащего туйон, фелландрен и др. В прошлом веке эфирное масло широко использовалось для производства ликера (абсента) и вина (вермута). Однако систематическое употребление их приводило к тяжелым отравлениям (обморокам, судорогам, рвоте) и другим поражениям нервной системы. Появился даже термин «полынная эпилепсия». В 1900 г. во Франции были организованы общественные выступления против производства абсента, и он был запрещен.





Зеленокудрый, стройный, юный
На склоне дней, зимой студеной
Среди снегов стоит угрюмый,
Весь почернелый, обнаженный.
Его склоняет гнет раздумий
Под сенью тайною созвездий.
Он бережет нас от колдуний,
Он исцеляет от болезней.

А. Бузни



олынь обыкновенная (чернобыльник) — *Artemisia vulgaris* L. Сем. Астровые — Asteraceae

О происхождении родового названия рассказано в главе «Полынь горькая».

Черные засохшие стебли полыни обыкновенной остаются на всю зиму, резко выделяясь на фоне заснеженных полей, что и послужило основанием для русского названия — чернобыльник.

В прошлом в России и у народов Западной Европы бытовала вера в магические, сверхъестественные свойства этого растения. Накануне праздника Ивана Купалы, когда, как известно, все травы приобретают особую силу, из чернобыльника плели венки на голову, а также опоясывались им, чтобы уберечь себя на целый год вперед от нечистой силы, колдовства и болезней. Рассказывали, что иногда даже достаточно было произнести название этого растения, чтобы прекратилось действие колдовства. Будто бы произошла такая история. Ехал дорогой один дошлый барин. С ним был кучер. Увидел барин на дороге змею, взял ее и велел кучеру сварить. Когда вода закипела в первый раз, барин вылил ее на землю, и трава на том месте тотчас сгорела. Когда закипела в другой раз, опять он вылил ее на землю, и в этот раз трава только пожелтела. В третьей воде сварил барин змею и поставил ее остывать, приказав кучеру не трогать. Только очень уж кучера любопытство разобрало. «Дай, — ду-

мает, — попробую». Только хлебнул три ложки, начались чудеса кругом. Все травы и деревья заговорили. Травы тоненькими голосами, а деревья басом и каждое про свое. И так это показалось потешным кучеру, что он засмеялся. Барин тотчас заподозрил неладное и спрашивает у кучера, ел ли он суп. Кучер, конечно, отказывается, но дошлый барин ему не поверил. Едут они, а он и спрашивает кучера: «А не знаешь ли, как зовут эту траву?» — «Чернобыльник, сударь». И только он произнес «чернобыльник», все как рукой сняло: опять в лесу тихо и ни деревья, ни травы не говорят.

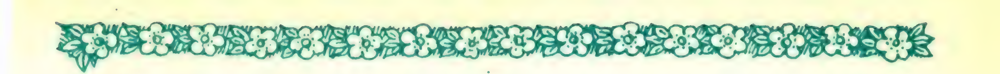
В народной медицине чернобыльник применялся при нервных болезнях как успокаивающее средство, корни — при эпилепсии, листья — как болеутоляющее и регулирующее функциональную деятельность желудочно-кишечного тракта. Часто отвар корня на белом вине с медом рекомендовали в качестве общеукрепляющего средства при туберкулезе легких.

Современная научная медицина использует его мало. Трава чернобыльника входит в состав сбора Здренко и гинекологических сборов. Широко применяется в гомеопатии, в медицине стран Западной Европы, в традиционной китайской медицине. Известно, что метод иглотерапии сочетается с приемами массажа и прижиганием. Прижигают определенные части тела сигаретами, начиненными сухими лекарственными травами. Наиболее часто для этого используется трава чернобыльника. При этом считается, что эффективность травы возрастает с годами хранения. Так, для лечения болезни, которая возникла семь лет назад, рекомендуется трава, собранная три года назад.

Полынь обыкновенная (чернобыльник) — крупное (до 2 м высоты) многолетнее растение с толстым и грубым красноватым стеблем. Листья тоже крупные, перистораздельные, сверху темно-зеленые, при высыхании становятся почти черными. Снизу листья белые от сплошного опушения. Цветки все трубчатые, красновато-белые, собраны в продолговатые корзинки, а корзинки — в крупную густую метелку. Зацветает в июле — августе. Плоды — мелкие семянки без хохолков. Все растение имеет специфический, не полынный, а бальзамический запах. Встречается повсеместно. Растет на сорных местах — по огородам, на лугах, под заборами, на опушках леса. Даже в городах это самое обычное растение.

Трава чернобыльника содержит горечи, эфирные масла, дубильные вещества. Используется как пряная приправа, так как имеет ароматный запах и приятный горьковатый вкус.





Сон-трава, сон-трава, сон-трава,
Одолей меня сном, одолей,
Разве мог я подумать вчера,
Что расстанусь с любимой моей.
Я цветок под подушку кладу,
Но не сплю я, не сплю, не сплю
И уже, будто вновь наяву,
Вижу рядом любовь свою.

А. Бузни



ПРОСТРЕЛ луговой (сон-трава, сон-зелье) — *Pulsatilla pratensis* (L.) Mill.
Сем. Лютиковые — Ranunculaceae

Русское название «прострел» связывают с легендой. Стала как-то нечистая сила прятаться за прострел-траву. Один из архангелов, чтобы раз и навсегда разделаться с нечистью, метнул громовую стрелу и прострелил траву сверху донизу. С тех пор нечистый обходит прострел стороной и ближе 12 верст к нему не приближается, а в старинном травнике по этому случаю записано: «Кто носит траву при себе, от того человека дьявол бежит, в доме — добро держать, а хоромы строить — под угол класть, жить стройно будешь».

Другое название — сон-трава — толковалось как растение, несущее сон. У многих народов оно связано с представлением о сне. Возможно сам облик растения, густо покрытого мягкими волосками, пушистого на ощупь, наводил на мысль о мягкой дремоте, покое и отдыхе. В скандинавском эпосе «Эдда» рассказывается, что как только под голову Брунгильды положили сон-траву, она сразу же заснула. В «Печерском патерике» (русском литературном памятнике) рассказывается, как во время всенощной бес ходит по храму и бросает в ленивых монахов сон-траву. В кого он попадет, тот тотчас же засыпает.

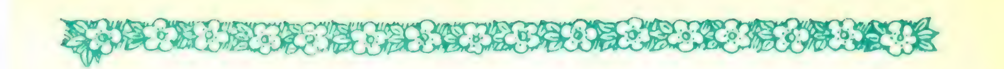
Охотники же утверждают, что медведи от этого весеннего цветка хмелеют. Использовали волшебное растение и в гаданиях. Собирали его в лесу с заговорами, приносили и держали в воде до наступления полнолуния. В ночь полнолуния, ложась спать, клали под подушку. Если во сне явится девушка или юноша — быть счастливому году, если привидится что-либо неприятное — не миновать горя.

С лекарственной целью используется трава растения. В народе ее считают успокаивающим и снотворным средством, применяют как родовспомогательное средство. Наружно используют в качестве болеутоляющего при ревматических болях.

В современной научной медицине прострел не употребляется. Применяется в гомеопатии.

Прострел — многолетнее травянистое растение с вертикальным темно-бурым корневищем. Стебель высотой до 20 см, неветвистый, густоопушенный мягкими волосками. Прикорневые листья перисторассеченные, также мохнатые от большого количества белых волосков. Одновременно с листьями появляется цветонос с поникающим крупным одиночным цветком лилового цвета, похожим на небольшой тюльпан. Околоцветник простой, с шестью долями, опушенными снаружи. У основания цветоноса имеется также опушенный прицветный лист. Цветет в апреле — мае. Растет в сосновых лесах, на открытых песчаных холмах, по сухим склонам на западе европейской части страны от Ленинградской до Николаевской области. В траве прострела содержится анемонин, сапонины. Экстракт из листьев обладает сильным бактерицидным и фунгицидным действием. Применяется в ветеринарии. Ядовит. Во многих районах активно уничтожается сборщиками первоцветов. Охраняется, внесен в Красную книгу.





Твой нежный аромат меня привлек, о роза,
И сердце обагрил румянец щек, о роза!
Тоскую по тебе, как по Лейле Меджнун.
Влюблен я! Подари хоть лепесток, о роза!

Баба Тахир



Роза дамасская и другие виды — *Rosa damascena* Mill.
Сем. Розоцветные — Rosaceae

По предположениям ученых, название рода происходит от древнеперсидского наименования растения «wrodon», у греков оно изменилось в «rhodon», у римлян — в rosa. Существуют и другие предположения, о которых рассказано в разделе о шиповнике.

В течение тысячелетий роза остается любимым цветком многих народов. Любовь к ней не подвластна моде и поэтому о розе сложено бесчисленное количество легенд. Одна из самых древних родилась в Индии. Она повествует о том, что самая красивая женщина в мире — Лакшми появилась из распустившегося бутона розы, состоящего из 108 больших и 1008 мелких лепестков. Бог Вишну, охранитель Вселенной, увидел красавицу в ее розовой колыбели, разбудил поцелуем и впоследствии сделал своею женой. Лакшми стала богиней красоты, а роза стала считаться священной. У всех народов Востока ее оценивали как высший дар природы. Особенно много легенд о происхождении розы сложено в Древней Элладе. В самой древней рассказывается, что Земля, увидев дивную красавицу Афродиту, появившуюся из морской пены, решила создать что-либо не менее прекрасное. И создала розу. По другой легенде, розы появились из той самой белоснежной пены, которой было покрыто тело богини, когда она вышла из моря. Увидя на ней этот прекрасный

цветок, боги окропили его нектаром, от которого роза и приобрела свой нежный аромат. Жрецы храма Афродиты взяли эти цветы и украсили ими алтарь богини. С тех пор роза посвящена Афродите, ее высаживают вокруг храмов, а увядшие на ее челе цветы считаются чудодейственными. Древнегреческий поэт Анакреонт (V в. до н. э.) называл розу радостью Афродиты. Но розы оставались белыми, повествует далее легенда, до тех пор, пока не случилось несчастье с ее любимым Адонисом. Узнав о том, что он смертельно ранен, богиня устремилась на поиски, не разбирая дороги. Острые шипы и камни ранили ей ноги. Из капель божественной крови и появились красные розы.

В другом сказании утверждается, что розы стали красными во время одного из пиршеств богов на Олимпе. Порхая в веселом танце среди пирующих, бог любви Амур своими розово-красными крылышками нечаянно опрокинул сосуд с нектаром. Белая роза, на которую пролился нектар, тотчас сделалась красной и приобрела чудесный аромат божественного напитка.

А вот трагическая история более позднего римского происхождения. Богиня охоты Диана, как известно, отличалась гордым и неукротимым нравом. Приревновала она как-то Амура к красивой нимфе по имени Розас. Подстерегла ее Диана и бросила в куст колючего терновника. Не смогла несчастная выбраться, израненная вся колючками, истекла кровью и умерла. Услышав об этом, на место гибели подруги прилетел Амур и долго оплакивал ее, а потом обратился к Зевсу с просьбой вернуть жизнь Розас. Пожалел Зевс влюбленных — и куст терновника покрылся крупными красивыми цветами с чудесным ароматом. Так из крови и слез влюбленных родилась роза.

Мусульмане считали, что роза появилась по велению Магомета. Рассказывают, что однажды цветы, недовольные правлением своего царя, сонного лотоса, пришли к Магомету с просьбой о назначении нового царя. И тогда появилась царица роза. У народов арабского Востока очень распространена легенда о розе и влюбленном в нее соловье. Несмотря на множество прекрасных песен, которые спел для нее соловей, роза осталась холодна к певцу, а соловей от тоски умер. На самом деле колючая роза служила прекрасной защитой для соловья, который во время пения ничего вокруг не слышит.

А вот одна из сказок, созданных казахским народом. В далекой Стране Роз жил молодой певец по имени Абай-Джан. Его песни любили слушать не только люди, но птицы, деревья и цветы. А в саду у его юрты цвело много роз. Однажды ночью певец услышал, что ему подпевает чей-то голос. Он осмотрел весь сад, но никого не нашел. Настала другая ночь, и он вновь услышал нежный знакомый голос. Он оглянулся и увидел на пороге девушку необыкновенной красоты. Она хотела скрыться, но юноша остановил ее: «Кто ты и откуда знаешь мои песни? — спросил он. — Я одна из тех роз, что растут в твоем саду, но, когда заалеет заря, я снова превращаюсь в розу. Отпусти меня, уже пала роса — предвестник утренней зари». Певец спросил, как помочь ей, он хотел видеть и слышать ее посто-

янно. И девушка рассказала, что если утром он узнает ее среди других роз, то злые чары рассеются и она навсегда останется человеком.

Когда взошло солнце, юноша подошел к розовому кусту, на котором распустились три совершенно одинаковые розы. Долго смотрел он на них, боясь ошибиться, но вдруг увидел, что на одной из роз не было капелек росы. Вспомнил он слова девушки, сказанные ночью, и уверенно указал на нее: это ты! Алые лепестки розы осыпались, и из куста появилась прекрасная девушка.

По предположениям ученых, первую культурную розу вывели в субтропиках Юго-Восточной Азии. В Индии будто бы она пользовалась таким большим почетом, что даже существовал обычай: всякий, принесший в дар царю розу, мог просить у него все, что пожелает. Розами усыпали путь, по которому в дни торжеств следовали божества и правители, ею уплачивали подати, розами украшались царские покои, а розовой водой обрызгивали стены этих покоев. Роза была известна в Вавилоне. Археологи нашли на Ближнем Востоке фрески с изображением гирлянд из роз, возраст которых приближается к 4000 лет. Выращивали розы и древние египтяне. Розы упоминаются в папирусах, относящихся ко временам фараона Рамсеса II.

Из Египта роза попадает в Древнюю Элладу, где сразу же занимает почетное место царицы цветов и посвящается Афродите. Здесь ее бутон считали символом бесконечности, выраженным в его округлой форме, и вместе с тем — символом кратковременности человеческой жизни, которая проходит так же быстро, как быстро отцветает прекрасная роза.

Диву даешься, как врéмя грабительски все отнимает,
Как при рожденье своем старятся розы уже, —

писал древнеримский поэт Децим Магн Авсоний. Венками из роз и мирта украшалась невеста, а также дверь, ведущая в ее дом, а постель осыпалась благоухающими лепестками. Розами устилали путь воинам, возвратившимся с победой.

Из Греции роза попадает в Рим и здесь наступает расцвет культа розы. Вначале розу сделали символом строгой нравственности и целомудрия. Выражение «под розой сказано», сохранившееся с тех пор, обозначало соблюдение строгой тайны сказанного. Римляне верили также, что роза вселяет мужество, поэтому на голову воинам надевали венки из роз, на щитах выбивали ее изображение. Розами награждали за выдающиеся заслуги, и был учрежден даже специальный праздник. Но со временем роза становится предметом и символом роскоши. Лепестками роз покрывали полы пиршественных залов. Об одном из последних римских императоров рассказывают, что однажды, когда он устроил пир во дворце, с потолка посыпались розовые лепестки. Сначала гости шумно радовались ароматному дождю, но лепестки сыпались и сыпались, становилось трудно дышать. Так и погибли многие под грудами розовых лепестков. Некоторые патриции усыпали розовыми лепестками даже поверхность моря, когда отправлялись на прогулку. Сам император купался в

вине из роз. А Плиний рассказывает следующую историю из жизни египетской царицы Клеопатры. Во время дружеских пиршеств было в обычае бросать в вино лепестки роз с венка того, к кому чувствовали особое расположение. Когда Антоний стал крайне подозрительным и никому не доверял, даже Клеопатре, она велела обрызгать свой венок сильнодействующим ядом. Во время пира, когда Антоний, клянясь ей в любви, осыпал розы с венка Клеопатры в свою чашу и хотел выпить ее, царица остановила его. «Посмотри, дорогой Антоний, как мне было бы легко от тебя избавиться, если бы только я могла без тебя жить», — и велела выпить чашу осужденному на смерть. Смерть невольника последовала мгновенно, что сразу отрезвило Антония. Для нужд императорского двора и патрициев выращивалось громадное количество роз, закладывались «розариумы», изобретались теплицы для их выращивания зимою, занимали под посадки роз хлебные нивы и даже выписывали их из Египта, откуда те доставляются целыми кораблями. За корабль роз, приведенный из Египта, римский император Нерон уплатил бочонок золота. Все это подрывало благосостояние народа. «Египтяне, пришлите нам хлеба взамен ваших роз», — восклицали в Риме в те дни. Первые христиане считали розу цветком разврата и греха и с падением Римской империи культура розы надолго заглохла. Возрождение ее в Европе начинается с XIII в. Участники крестового похода привезли розу во Францию, где ее сначала выращивали близ Парижа. Постепенно она распространяется в других странах Европы. И вот уже в ее честь устраивают народные праздники, на которых выбирают самую красивую девушку, называвшуюся «розьера». Ей на голову надевают венок из роз — «шапель».

А в истории Англии с именем розы связывают одну из самых кровопролитных войн в истории этой страны — войну Алой и Белой розы. В 1455 г. стал вопрос об английском престоле. Претендовали на него два могущественных рода — Ланкастеров и Йорков, каждый из которых имел немало сторонников. Вопрос о судьбе престола решался на собрании в парке Тампль. Ричард Плантагенет из рода Йорков, сорвав с куста белую розу, предложил это сделать всем своим сторонникам. Сторонники Ланкастеров сорвали красные розы и прикрепили их к своим шляпам. Началась тридцатилетняя война, а изображение розы перешло на гербы замков, щиты и знамена. В лондонском парке Тампль долго сохранялись два куста роз, связанных с этим событием.

В средневековой Европе роза — символ преклонения и пламенной любви. Поднесение роз означало признание в любви. К этому времени и в христианской религии роза выступает как символ девственности и целомудрия. Со временем знак розы присваивают себе различные общества. В Париже было общество поэтов «Розати», членом которого мог стать каждый, кто написал хотя бы одно лирическое стихотворение.

В России первая махровая или, как ее называли, «бархатная» роза появилась в XVII в. Ее привез в подарок царю Михаилу Федоровичу немецкий посол. Активно разводить розы в России стали в

XVIII в. при Петре I и Екатерине II. При Екатерине в Царскосельском парке закладывается первый розарий, который прозвали розовым полем. И все равно они оставались цветами роскоши и доступны были только состоятельным людям. Между прочим с розой в России связан один курьезный случай. Как-то в царствование Николая I одному из генералов было поручено сопровождать мать императора в Царское Село. Прогуливаясь по парку, генерал был удивлен, увидев часового у совершенно пустого места на дорожке. Заинтересовавшись этим, он стал обращаться ко всем придворным с вопросом о причине нахождения часового у пустого места, но никто ничего не знал. Все говорили только, что так полагается по регламенту. Пост этот занимается часовым уже 50 лет и в приказах значится: сохранять пост, находящийся в 500 метрах от восточного павильона. И вот однажды любознательный генерал узнал следующее. Оказалось, что часовой был здесь поставлен по приказанию императрицы Екатерины II, которая, прогуливаясь по саду, заметила великолепную, только что распустившуюся розу. Она захотела подарить ее одному из своих внуков, а чтобы никто не сорвал ее, поставила возле нее часового. Однако на следующий день она забыла о розе. И вот прошли годы, скончалась сама императрица, давно пропал и сам розовый куст, а часовые продолжали сменяться на том самом месте, где он когда-то рос.

Роза воспета писателями и поэтами всех времен и народов. Справедливо считают, что ни одно другое растение в истории культуры не сыграло такой роли, как роза. Ее воспели все греческие и римские поэты.

Тут и не знаешь, берет ли румянец у розы Аврора
Или дарует его, крася румянцем цветы.
Цвет у обеих один, и роза и утро — едины;
Ведь над звездой и цветком равно Венера царит.
Может быть, общий у них аромат? Но где-то в эфире
Первый струится; сильней дышит ближайший, другой...

Децим Магн Авсоний

Роза — созвездье цветов, светоч розовых зорь над полями,
Цвет с ароматом ее стоят небесной красы.

Луксорий

В Иране создана книга «Гюль-Наме», прославляющая розу. Звучные стихи посвятили ей арабские поэты Саади и Хафиз.

В XVIII в. издавались сборники стихов разных поэтов, посвященных розе. Особенно любил розы Виктор Гюго. Однажды он сказал, что ничего так не желал бы, как умереть в пору цветения роз. Он умер в конце мая, и гроб его утопал в розах. В России первое стихотворение, посвященное розе, написал В. А. Тредиаковский и называлось оно «Ода в похвалу цвету розе».

Чуть позже Г. Р. Державин написал:

Роза всем кустам царица,
Ароматов сладких мать.
Бисером своим зарница
Розу любит окроплять.

Вначале выращивали розу с простыми немахровыми цветками и среди них иногда попадались формы с большим числом лепестков. Такие формы подвергались отбору, и уже в странах Древнего Востока и Древней Греции встречались махровые формы. Геродот, описывая сады македонского царя Мида, указывал, что там росли розы, цветки которых имели по шестьдесят лепестков.

В древности был распространен вид розы, называвшейся столепестковой, от нее произошел европейский полумахровый вид — роза гальская, а от последней — роза казанлыкская — основной промышленный вид в настоящее время.

В XVIII в. насчитывалось 18 сортов роз, из них 6 было немахровых. В конце XVIII в. в Европе появилась бенгальская роза, привезенная из Индии, в начале XIX в. — чайные, розовая и желтая из Китая. В 1875 г. появились вьющиеся многоцветковые (полиантовые) розы. Все разнообразие сортов (а к настоящему времени их насчитывается около 20 000) возникло в результате скрещивания старых сортов с новыми. Большой любительницей роз была жена Наполеона Бонапарта Жозефина, которая у себя в парке Мальмезон составила большую коллекцию из них.

В России до конца XIX в. не было государственной коллекции роз. И только в 1891—1892 гг. был заложен розариум в Никитском ботаническом саду. С ним связана одна любопытная история. В 1900 г. главный садовник Никитского сада отдыхал за границей и попутно заехал ознакомиться с розовыми плантациями в Люксембурге. Беседуя с владельцем фирмы, он заметил, что и в России неплохо было бы иметь коллекцию роз. Не успел он вернуться в Крым, как прибыла посылка с коллекцией роз в 2500 сортов. Сад немедленно оплатил посылку, но департамент земледелия не нашел оснований для оплаты, поскольку договор был заключен без его ведома. Так и пришлось главному садовнику оплачивать коллекцию из своего жалования.

Кроме красоты цветка роза имеет еще одно достоинство: необыкновенно гармоничный аромат. «Аромат розы подобен музыкальному аккорду, скомпонованному из многих «нот» запахов, объединенных в одно гармоническое созвучие», — писал немецкий исследователь Н. Миллер, выделивший у роз 25 типов запахов и установивший, что типичный «розовый» запах имеют только красные и розовые сорта. Желтые и белые розы чаще пахнут ирисом, настурцией, фиалкой, лимоном и др. Запах розы зависит от содержания и состава эфирного масла. Среди большого разнообразия сортов розы только немногие пригодны для получения розового масла. Вне конкуренции оказалась знаменитая казанлыкская роза. Первые попытки выращивания ее в Болгарии в окрестностях города Казанлыка были сделаны около 200 лет назад. Условия здесь оказались столь благоприятны, что во второй половине XIX в. район Казанлыка превратился в сплошную розовую плантацию и получил поэтическое название «Долины роз». Выход эфирного масла из лепестков казанлыкской розы 0,04 %, что в несколько раз больше, чем у других видов. Первые попытки выращивания казанлыкской розы в России были предпри-

няты в 70-х годах прошлого века. Но чужестранка с трудом поддавалась акклиматизации, и попытки эти были безуспешными. По-настоящему работы по выращиванию розы были развернуты в 30-х годах нашего века. Были организованы крупные производства на Кубани, в Молдавии, в Крыму. Культивируется главным образом сорт красная крымская, из которой получают масло высокого качества.

Розовое масло — одно из самых дорогих, на международном рынке оно ценится дороже золота и платины. Уборка розы — очень трудоемкий процесс. Ночью распустится бутон, а утром, до восхода солнца, он должен быть сорван. Если он останется на кусте один день, то половина масла будет потеряна. Из лучших сортов розы после переработки 1000 кг лепестков получают чуть больше 1 кг эфирного масла. Розовое масло умели получать и применяли как лекарство в Древней Персии.

В Древней Элладе рассказывали следующую притчу. Будто бы ученики философа Сократа соревновались на самый краткий и остроумный ответ. На вопрос учителя, что в природе является одновременно прекрасным и полезным, один из учеников сорвал розу и молча протянул ее философу. Ему и присуждена была победа. В поэме «О культуре садов» читаем:

Должен по праву цветок «цветком из цветов» называться,
Масло он сам создает, от него получившее имя,
Людям столь часто оно превосходным служит лекарством,
Что ни припомнить всего, ни назвать ни один не сумеет.

У Авиценны перечень показаний, при которых используется роза, занимает две страницы. Он рекомендует отвар из лепестков в качестве вяжущего, ранозаживляющего и противовоспалительного средства. «Розы хороши для лечения и желудка... Розовое масло ... угашает воспаление желудка». Он считает ее полезной при глазных заболеваниях, головной боли, болях в ушах, заболеваниях полости рта и в других случаях.

В средневековой Европе розовое масло получали следующим образом: брали лепестки красной розы, смешивали их с оливковым маслом и, плотно закупорив, подвешивали на солнце. Выдержав так в течение недели, использовали при лечении ран и ожогов, заболеваний желудка, маточных заболеваниях и во многих других случаях. Считали, что она «полезна обильем целительных качеств».

В современной медицине розовое масло употребляется в составе препарата розанол, применяемого в качестве спазмолитического средства при заболеваниях печени. Розовая вода рекомендуется при воспалительных заболеваниях полости рта. Широко используется масло и в парфюмерной промышленности.





Как будто солнца луч пророс
За городским овражком,
Сияют капельками рос
Старинные ромашки.

А. Марков



омашка аптечная (ромашка ободранная) — *Chamomilla recutita* Rausch. *(Matricaria recutita* L., *M. chamomilla* L.*)*

Сем. Розоцветные — Asteraceae

Слово chamomilla происходит от греческих слов «chama» — земля и «mellon» — яблоко. По представлениям древних, запах ромашки напоминает яблочный и Плинием Старшим ромашка была названа земляным яблоком (chamae mellon). Видовое название дано за отсутствие на семянках коронки.

Русское название произошло от латинского romana — «римская» и заимствовано из польского языка.

В литературе ромашке повезло и всегда ее образ ассоциируется с образом скромной красоты, отзывчивости, доброты и стойкости. Такова ромашка в сказке Г. Х. Андерсена. Скромный маленький цветок рос за оградой сада, вдали от пышных пионов и ярких тюльпанов. Утром она протягивала белые лепестки навстречу солнцу, была счастлива и мечтала об одном: чтобы жаворонок, парящий высоко в небе и поющий чудесные песни, приземлился недалеко от нее и она могла бы полюбоваться им и послушать его пение. Каково же было удивление ромашки, когда она увидела жаворонка рядом с собой, услышала песни, которые жаворонок пел только для нее. От счастья она долго не могла уснуть, а когда проснулась утром, увидела жаворонка в неволе. Всеми силами маленькая скромная ро-

машка старалась утешить и облегчить участь невольника, но он умер от тоски. И ромашка тоже увяла от горя и жалости к жаворонку.

Наш современник поэт А. Марков написал:

Соперницы любым цветам
Горят, до слез простые,
По косогорам — тут и там —
Сердечки золотые.
О, сколько топало по ним
Копыт разгоряченных
И танков с грохотом тупым
Прошло под плач и стоны!
Но лишь прекраснее была
Из года в год ромашка,
Но лишь отчаянней цвела
Вслед за грозою тяжкой...

На Карпатах существовало поверье, что весной, едва пригреет солнышко, снежинки со склонов гор превращаются в ромашки, а в начале зимы ромашки превращаются в снежинки. И, наверное, у всех народов принято гадание на ромашке «любит — не любит».

Гадают по ней о любви.
Может, тайну откроет?
Откроет, и сердце отдаст безо всяких примет.
Услада чужая
Самой-то ей дорого стоит:
Пускают по ветру девичий ромашковый цвет.

Н. Тарасенко

Ромашка — древнейшее и популярнейшее у многих народов лекарственное растение. Гален отмечает: «Ромашка по нежности действия недалека от розы». Авиценна считает: «Ромашка — полезнейшее лекарство от изнурения, ибо ее теплота походит на теплоту животного». Кроме того, он рекомендует ромашку при опухолях, головной боли, глазных заболеваниях, заболеваниях печени и почек и во многих других случаях.

В средние века ее называли «левкантема». Применяли в качестве желудочного и желчегонного средства. «Колики так унимают и вздутие гонят желудка». Свежей ромашкой, отваренной в оливковом масле, лечили раны и язвы. Применяли ее и в качестве косметического средства: «трава на лице истребляет чешуйки».

Северные народы наделяли ромашку особенной силой из-за сходства ее соцветий с солнцем:

Ты явилась,
И с цветком ромашки желтоватым
Солнечный мне подарила атом...

Э. Межелайтис

В русской народной медицине она пользовалась особой любовью. Об этом говорят народные названия ее (маточная трава, купальница, румяна). Применяют ее как успокоительное средство, желчегонное, мочегонное, легкое слабительное и противопростудное. Наружно — для полоскания при воспалительных заболеваниях полости рта. Настой из цветков готовят в соотношении 1:10.

В современной научной медицине ромашка также широко используется. Ее соцветия включены в фармакопеи 25 стран мира. Цветки ее применяются в качестве противовоспалительного, смазмолитического средства, при желудочных заболеваниях, в качестве слабительного, мочегонного и желчегонного средства. Обладает она и противоаллергическим действием. Применяется самостоятельно и в сочетании с другими травами.

Ромашка аптечная — однолетник с сильно ветвистым стеблем высотой до 40 см. Листья очередные, перисторассеченные на узкие нитевидные доли. Стебель и листья зеленые, не опушенные. Каждый побег заканчивается одиночной корзинкой диаметром до 1 см. Корзинка имеет обвертку из зеленых листочков и два вида цветков: краевые — ложноязычковые и срединные — трубчатые. Ложноязычковые цветки белые, с тремя зубчиками на верхушке язычка, бесплодные; срединные — правильные, с пятью зубчиками, желтого цвета, плодущие. Цветет в мае — июне. Цветки ароматные, сидят на выпуклом, голом и полом внутри цветоложе. Плоды — мелкие семянки коричневого цвета, без хохолков и летучек. Растет как сорное растение по пустырям, вдоль дорог и на залежах. Иногда образует чистые, без примесей других растений и удобные для заготовки заросли. Ареал занимает почти всю европейскую часть страны до 60-й параллели, но к северу ромашка изреживается и мельчает. Крупные заросли образует в южных областях — Крымской, Николаевской и др. Культивируется. В корзинках ромашки содержится в среднем 0,5 % эфирного масла, в состав которого входит хамазулен, придающий маслу синий цвет и противовоспалительные свойства. Кроме эфирного масла соцветия ромашки содержат флавоноиды, горькие вещества, слизь, витамины.

Цветки ромашки применяются в косметике для придания светлым волосам золотистого оттенка, а коже — бархатистости. Эфирное масло используется в производстве ликеров, в парфюмерии для производства духов, одеколонов, мыла, кремов и др., а также в качестве растворителя красок. Большое количество видов растений имеют соцветия, похожие на корзинку ромашки, но ни одно из них не имеет ароматного запаха, а кроме того, обычно они цветут позже ромашки аптечной.





Я знал тебя, моя рябина...
Ты на околице села
Над серой крышею овина
Под небом северным росла.
Тебя трепала непогода,
А ты — всем горестям назло —
Росла и крепла год от года,
Глядясь в озерное стекло.

В. Рождественский



Рябина обыкновенная — *Sorbus aucuparia* L.
Сем. Розоцветные — Rosaceae

Родовое название *Sorbus* произошло от кельтского «терпкий» и дано рябине за терпкий вкус плодов; видовое — в переводе обозначает «ловящая птиц» и произошло от давнего обычая заманивать птиц в силки ягодами рябины.

О происхождении же русского названия в Поморье рассказывают: жили как-то муж с женой и было у них двое детей. Старшая, нелюбимая дочь, и имя имела неласковое, звали ее Восьмуха. Была она злой, своенравной, завистливой. Зато меньшого сынка родители звали ласково Романушкой. Был он добрым и приветливым, родители души в нем не чаяли. Невзлюбила Восьмуха Романушку и задумала его погубить. Завела как-то ребенка в гнилое болото и утопила. Но не удалось ей сгубить Романушку совсем. Выросло на том месте приветливое и кудрявое деревце, растет с тех пор по всей русской земле и назвали его люди ласково рябинкой. Радует оно своей красотой, верностью, добротой.

Рябина — любимый персонаж русского фольклора. В народном календаре есть день «Петр-Павел рябинник», приходящийся на конец сентября — время созревания рябиновых ягод. В этот день ветки с плодами связывали в пучки и развешивали под крышами домов. Этот обычай связан с представлениями о рябине как дереве, способ-

ном защитить человека от всяких бед. Распространен он был не только в России, но и в Западной Европе, Прибалтике. Рябиновыми ветками украшали не только жилые помещения, но и сараи, ворота, даже на краю каждого поля втыкали рябиновые ветки.

В центральной России рябина использовалась в свадебных обрядах. Листья ее подстилались в обувь новобрачным, плоды прятали в карманах их одежды — все это для защиты от колдунов и ведьм. Кроме того, рябина — символ и гарантия счастья и мира в семье, поэтому возле дома старались посадить рябинку. Она воспета в песнях, о ней сложены стихи, пословицы, загадки. Чаще всего в народном представлении рябина — это тонкая и нежная девушка, страдающая, плакучая.

Мне даже страшно —
Так она тонка,
Так высока!
При каждом резком звуке
Дрожит
И от любого ветерка
Все гнется
И заламывает руки.
Придет гроза,
И буря налетит,
Всю до земли согнет
И распластает...
Гром отгремит,
Громада туч истает,
Взгляну в окно:
А тонкая стоит!

В. Федоров

С рябиной связывали приметы сельскохозяйственного года:

Рябина зацветает — пора сеять лен.
Рябина цветет рясно — много овса будет.
Хорошо рябина цветет — к урожаю льна.
Поздний расцвет рябины — к долгой осени.
Если уродится рябина — рожь будет хороша.
В лесу много рябины — осень будет дождливой, если мало — сухой.

О применении рябины в медицине известно с глубокой древности. В Древнем Риме рябину применяли для укрепления желудка. В русской народной медицине варенье из плодов рябины использовали как успокаивающее средство, настои из плодов — как мочегонное, желудочное и кровоостанавливающее. В качестве поливитаминного, кроме плодов, используют и листья; считается, что в них аскорбиновой кислоты больше, чем в плодах. Корой рябины лечили заболевания печени.

В современной научной медицине при витаминной недостаточности рекомендуются свежие и сухие плоды рябины. Настои для этой цели готовят следующим образом: 40 г плодов измельчают в ступке, заливают стаканом кипящей воды, настаивают 4 ч и процеживают. При желании добавляют сахар. Сок из свежих ягод рябины применяют при пониженной кислотности желудка (по одной чайной ложке перед едой), настойку из плодов — как аппетитное средство.

Порошок из плодов рябины входит в состав диеты для больных сахарным диабетом и ожирением. В народе давно замечено, что листья рябины обладают сильным фитонцидным действием. На Севере больных летом выносили под рябину, так как верили, что «дух рябиновый отгоняет болезни». А сечку из листьев рябины использовали для хранения овощей и фруктов.

Рябина обыкновенная — дерево высотой до 10 м со стволом, покрытым светло-серой корой. Крону имеет ажурную, развесистую — «кудрявая рябина». Листья крупные, непарноперистосложные, с зубчатым краем, вначале опушенные, затем голые. Цветки мелкие, желтовато-белые, правильные, имеют горько-миндальный запах и собраны в крупные щитки. Цветет рябина в мае. Плоды ярко-красные, яблокообразные, с сочной мякотью и тремя мелкими серповидноизогнутыми семенами. Это о плодах рябины придумана загадка: «Под ярусом, ярусом, висит зипун с красным гарусом». Плоды вначале горько-вяжущие («в сентябре одна ягода, да и та горькая рябина»), после заморозков приобретают сладкий вкус и почти теряют горечь. Среди плодовых растений рябина — одна из самых зимостойких, переносит морозы до —50 °С и поэтому растет по всей европейской части страны — от Хибинских гор на севере до Крыма и Кавказа на юге. Нетребовательна к почве, но светолюбива, поэтому под пологом леса хотя и растет, но не цветет и не плодоносит. Предпочитает опушки леса, обочины дорог, редколесья. Доживает до 200 лет. Плодоносит начиная с 8—10 лет ежегодно. Урожайна; с одного крупного дерева иногда снимают до 10 ц плодов. Культивируется. Особенно знаменита Невежинская рябина, плоды которой не содержат горечи, а сахаров в них накапливается до 9 %. Полагают, что этот сорт — природный мутант рябины обыкновенной. По рассказам старожилов села Невежино Владимирской области, необычная сладкая рябина была найдена в окрестностях села в начале XIX в. и пересажена в усадьбу. Вскоре ее размножили и до революции в больших количествах заготавливали для производства рябиновой настойки. В настоящее время плоды рябины широко используют в пищевой промышленности для производства варенья, пастилы, конфет, настоек и наливок. Древесина ценится в столярном производстве и при изготовлении музыкальных инструментов.





Истинно ведь говорится, что много имеет солодка
Свойств: ее жар невелик и сладка, и влажна она также;
Горлу поможет того, кто от кашля страдает, и лечит
Грудь, и глубины у легких, согрев, исцеляет солодка.

Одо из Мена



Солодка голая (лакричник) — *Glycyrrhiza glabra* L.
Сем. Бобовые — Fabaceae

Родовое латинское название растения образовано от греческих слов «glykys» — сладкий и «rhiza» — корень. Глицирризой растение впервые назвал Диоскорид, Плиний — *radix dulcis* — сладкий корень, Теофраст — скифским сладким деревом. Впоследствии греческое «глицирриза» латинизировалось и превратилось в «ликвирицу», а затем в «лакрицу».

О лекарственном применении солодки говорится в древнейшем памятнике китайской медицины «Книге о травах», написанной за 3000 лет до н. э. В течение тысячелетий китайские врачи относили солодковый корень к лекарствам первого класса и старались включать его в состав всех лекарственных смесей, так как он усиливает действие других лекарств, являясь «проводником» для них и, кроме того, способен нейтрализовать действие ядов, попавших в организм. Уже в наше время ученые, проанализировав с помощью самых современных средств состав тысячи китайских рецептов, пришли к выводу, что первое место в них принадлежит солодке; в этом отношении она опережает даже легендарный женьшень. Считалась она также средством для сохранения молодости и красоты. Из Китая солодка, по-видимому, попала в тибетскую и индийскую медицину. В Тибете считали, что корни солодки «способствуют долголетию и лучшему отправлению шести чувств». Корни солодки использовались в Шумере, Ассирии, откуда были позаимствованы врачами Древнего Египта.

В современной научной медицине солодка переживает второе рождение. Ее препараты применяют традиционно в качестве отхаркивающего, слабительного и мочегонного средства. Но, кроме того, из корней солодки получены препараты противовоспалительного, ранозаживляющего и противоаллергического действия. Ее рекомендуют при лечении заболеваний желудка, органов дыхания, ревматизме и артрите, бронхиальной астме и недостаточности функции надпочечников.

Солодка голая — травянистый многолетник с большим количеством надземных побегов высотой около 1 м, связанных единой очень разветвленной корневой системой. С помощью этой корневой системы, во много раз превышающей надземную, солодка способна добывать воду из глубоких слоев почвы, но при этом предпочитает берега рек и других даже соленых водоемов. Листья с рано опадающими прилистниками, непарноперистосложные, клейкие от железистых волосков. Цветки бледно-фиолетовые, мотыльковые, собраны в негустые пазушные кисти. Плод — бурый плоский многосеменной боб. Растет обширными зарослями по берегам степных рек, в солонцеватых степях, по всему Причерноморью, на Северном Кавказе, в низовьях Волги и в Средней Азии. В некоторых странах Западной Европы культивируется. Причем культура поставлена таким образом, что ежегодно заготавливают только боковые горизонтальные корни, после срезки отрастающие вновь. Заготавливают корень солодки в массовых масштабах, что привело к сокращению ее зарослей, в связи с чем она внесена в Красную книгу. Стоит вопрос об организации полукультуры на местах ее естественного произрастания путем рыхления почвы и внесения удобрений. Корни солодки в больших количествах экспортируются. Заготовкой, переработкой и экспортом сырья занимается Всесоюзное объединение «Союзлакрица», поставляющее солодку в США, Англию, Японию, Швейцарию и другие государства. Кроме того, солодковый корень применяют для производства шипучих напитков (одна из составных частей кока-колы и пепси-колы — экстракт солодки), кондитерских изделий, для изготовления туши, чернил, красок, бумажной посуды и других изделий, всего в 20 отраслях промышленности.





Сосна, сосна! Душистый лекарь!
Как мне нужна твоя смола!
Скорей, скорей мне в жилы вбрызни
Свое спокойствие и мир —
Единственно прекрасной жизни
Зелено-синий эликсир!

А. Граши



осна обыкновенная (лесная) — *Pinus sylvestris* L.
Сем. Сосновые — Pinaceae

Ученые полагают, что родовое латинское название произошло от кельтского слова pin — скала и связано с тем, что сосна очень часто выбирает места, где другие деревья не живут: скалистые обрывы, крутые склоны гор. Древнегреческая же легенда утверждает, что растение получило название по имени нимфы Питис. Сильно любила Питис веселого и озорного бога Пана, покровителя рыбаков и охотников. И так же сильно ревновал ее Борей, бог холодного северного ветра. Из ревности он и превратил нимфу в красивое вечнозеленое дерево, получившее название Pinus. А Пана часто изображали с сосновым венком на голове.

О происхождении русского названия нет единого мнения. Слово это древнего происхождения, по предположениям, оно произошло либо от дославянского слова «hasan» — серый, из-за цвета коры, либо от слова «sop» — сок, из-за сочности, смолистости дерева. У многих народов сосна почиталась наравне с дубом. Она являлась символом жизни у северных народов, символом плодородия и бессмертия — в Малой Азии, вечности и долголетия — в Японии, верности долгу и принципиальности — в Китае. В связи с этими представлениями ее использовали в различных ритуалах, обрядах, праздниках. В Древней Греции без нее не обходились праздничные пляски, посвященные богу вина и виноделия Дионису, у славянских народов

ее употребляли для погребальных костров, на свадьбах, по сосне пытались предсказывать будущее, из сосновой древесины вырезали скульптуры богов. Смола входила в состав курительных смесей, используемых в религиозных обрядах. Любят сосну в России за красоту, неприхотливость и за неизмеримую пользу, которую приносит она человеку. «Сосна — самое прекрасное и свободное дерево России», — писал М. М. Пришвин. А в народе говорили: «Нет дерева выше сосны». «Где выросла сосна, там она и красна».

В нашей истории с сосной связан один любопытный случай. В начале XVIII в. Васильевский остров на Неве был покрыт густым сосновым бором. Петр I увидел в этом лесу сосну, боковой сук которой, изгибаясь, врастал опять в ствол. Царь велел срубить удивительное дерево, и это был первый экспонат учрежденной им Кунсткамеры — музея природных диковинок.

История смолокурения насчитывает несколько тысячелетий. Как показывают археологические и письменные источники, смола сосны применялась с глубокой древности не только с лечебными целями, но имела различное хозяйственное назначение. Ею склеивали предметы обихода, наконечники стрел и копий, она была составной частью бальзамирующих составов. Очевидно, вначале просто собирали натеки смолы на стволах, вытекающие из естественных трещин. Но уже греки не только определяли качество живицы по вкусу, но и умели получать скипидар. Делали это таким образом: куски живицы закладывали в узкогорлый глиняный сосуд, закрывали отверстие шерстяным тампоном и ставили на огонь. При нагревании скипидар возгонялся и частично конденсировался на волокнах шерсти. Этот тампон время от времени отжимали, полученную жидкость отстаивали и скипидар сливали. Занимались смолокурением и в Киевской Руси. Использовали смолу в качестве клея, сжигали для освещения улиц, кипящую смолу лили на головы врагов при защите осажденных городов, включали в состав зажигательных смесей, смолили ею морской такелаж. С появлением в России морского флота смолы требовалось все больше и Петр I учредил смоляную повинность. Для всех смолокуров установили подать: «на царя берут поташа и смольчуги десятую бочку». Однако промысел этот развивался кустарным способом. Промышленная подсочка сосны появилась во Франции, затем в Америке. И Россия, имеющая самые обширные сосновые леса в мире, ввозила скипидар и канифоль из Франции до 1914 г. И это несмотря на работы Д. И. Менделеева, доказавшего, что в Архангельской и Вологодской губерниях можно получать скипидар качеством не хуже французского. Сейчас везде обязательной подсочке подлежат все сосновые леса, которые в ближайшие 15 лет предназначены к рубке. Подсочкой занимаются работники лесных хозяйств, называемые вздымщиками. Продукты, получаемые из смолы, используются в 70 отраслях промышленности, без них невозможно производство камфоры, красок, пластмасс, лаков, бумаги, кино- и фотопленки и многого другого.

Сосна — одно из древнейших лекарственных растений. Ее хвою включали в состав компрессов и припарок 5000 лет тому назад.

Об этом ученые прочитали в клинописных глиняных табличках, раскопанных на месте древних шумерских городов. В Древнем Египте смола сосны входила в состав бальзамирующих составов. Доказано, что эти составы до сих пор (через 3000 лет) не потеряли своих бактерицидных свойств.

В Греции и Риме сосну использовали при лечении простудных заболеваний. Авиценна в своем «Каноне» приводит способ получения скипидара путем вываривания смолы в котлах. Над котлами подвешивалась шерсть, «дабы она увлажнилась от его пара». Намокшую шерсть отжимали, и операция повторялась.

Смола сосны использовалась для лечения ран, размягчения опухолей. Дым от сжигания сосны, по утверждению Авиценны, «делает красивей ресницы, заставляет их расти, препятствует слезотечению, заполняет язвы в глазу и укрепляет зрение». Кора сосны использовалась в качестве вяжущего средства.

На Руси было принято жевать смолу сосны для укрепления зубов, десен, для дезинфекции полости рта. Противоцинготные свойства хвои сосны были известны народам Сибири, промысловикам и мореходам. В 1795 г. русский академик П. Паллас после путешествия по Сибири писал: «Собираемые по концам веток молодые сосновые ... вершины похваляются от всех наших в Сибири промышленников и мореходов как лучшее противоцинготное и бальзамическое средство и составляют в лечебной науке преизрядное от цинготных болезней лекарство». Во время Великой Отечественной войны сотрудниками Ботанического института им. В. Л. Комарова разработаны способы получения витаминного напитка из хвои сосны. Этому препарату обязаны жизнью многие ленинградцы, пережившие блокадный голод. Витаминный настой из хвои готовился путем настаивания 140 г измельченной хвои в трех стаканах холодной воды, подкисленной 10 г разбавленной соляной кислоты. Настой выдерживали 2—3 дня в темном прохладном месте, процеживали и принимали по одному стакану в день. Для улучшения вкуса добавляли сахар, фруктовые сиропы.

В народной медицине используют сосновые почки, хвою, «зерна» живицы, а также скипидар, канифоль, деготь.

Почки применяют в виде отвара как мочегонное и отхаркивающее, в виде ингаляции — при заболеваниях верхних дыхательных путей. Из хвои готовят ванны при подагре и рахите. Скипидар используют при ревматических болях. Смолу (живицу) собирают со стволов. Крупинки (зерна) проглатывают по 5—6 на прием 2 раза в день при кашле. Деготь применяется как наружное противопаразитарное средство.

В современной научной медицине применяются препараты сосны, главным образом в качестве дезинфицирующих, мочегонных и отвлекающих средств. Сосновые почки в виде настоя и ингаляций употребляют при заболеваниях верхних дыхательных путей; настой из хвои — в качестве противоцинготного, а ванны из хвои — при невралгических болях; скипидар в составе мазей, линиментов — как болеутоляющее. Деготь входит в состав мазей и мыл и применя-

ется для лечения экзем, чесотки, псориаза и других кожных заболеваний. Из хвои сосны получают хлорофилл-каротиновую пасту, обладающую прекрасными ранозаживляющими свойствами. Эфирное масло хвои входит в состав препаратов, эффективных при почечных заболеваниях. Экстракт из хвои включают в состав мыла, зубных паст в качестве бактерицидного и дезодорирующего средства. Сосна выделяет в окружающий воздух большое количество фитонцидов, активных даже против туберкулезной палочки. Поэтому воздух в сосновом лесу не только стерилен, но и оказывает противомикробное действие в дыхательных путях. Не случайно противотуберкулезные санатории размещают в сосновых лесах.

Сосна лесная — крупное дерево до 30—40 м высотой с диаметром ствола до 1 м. Предельный возраст 350—400 лет. В молодом возрасте крона пирамидальная, но со временем нижние побеги засыхают, опадают и крона приобретает шаровидную форму. Кора желтовато-розовая, верхний слой ее — корка — постоянно слущивается в виде тонких пластинок разнообразной формы. Хвоя парная, сине-зеленого цвета, поверхность ее покрыта восковым налетом. Вечнозеленость сосны служила объектом множества загадок у разных народов. «Зимой и летом одним цветом», «Все паны скинули кафтаны, один пан не скинул кафтан». Сосна — споровое растение; мужские шишки желтые, женские — красноватые, образуются в апреле — мае. Мужские расположены у основания, а женские — на верхушках годичных побегов. Пыльцы образуется очень много. Весною она желтоватым налетом покрывает поверхность земли, водоемов, листья деревьев. Рыбы с удовольствием поедают ее. Семена сидят на семенных чешуях. После оплодотворения они созревают в течение 18 месяцев. Семенные шишки вначале зеленые, с плотно сомкнутыми чешуями, при созревании становятся коричневыми, чешуи их расходятся и семена, снабженные крылатками, разлетаются. Сосна неприхотлива, морозостойка, засухоустойчива, поэтому растет и на голых скалах, на совершенно сухих песках и на болотах. 19 % от всех лесных площадей в нашей стране занято сосновыми лесами. Сосна дает ценную древесину, годную для строительства, столярных изделий. Сосновые леса богаты ягодами, грибами, всякой живностью и лекарственными травами — они неоценимое богатство России:

Живите в покое и силе
Как вечная сказка земли,
Зеленые сосны России —
Бессмертные сестры мои.

Г. Фатеев





Как сладко пахнет мед,
сдобренный ароматом чабреца.

Вергилий



имьян ползучий (чабрец, богородская трава, фимиамник, лимонный душок и др.) — *Thymus serpyllum* L. Сем. Яснотковые — Lamiaceae

О происхождении родового названия существует не менее трех версий. Одни связывают его со словом thymos — сила, мужество. В средние века считалось, что чабрец вселяет в людей силу и мужество, поэтому изображение его веточек в различных комбинациях и в окружении пчел часто украшало рыцарские шарфы. По другой версии, это греческое слово переводят как дыхание жизни, дух. Согласно третьей версии, оно связано со словом thyo — «совершать жертвоприношение». Эта версия основана на том, что чабрец является древнейшим культовым растением, у всех народов существовал обычай принесения чабреца в жертву богам: обычно он сжигался в храмах или на алтарях. Благоуханный дым (фимиам) возносился к небу, лаская обоняние богов и вызывая их благосклонность. В Древней Греции он посвящался Афродите, в Риме — богу времени Сатурну, а в России чабрец называют богородской или богородицыной травой. В обычае было в день успения богородицы пучками ароматной травы украшать ее иконы. Видовое название свидетельствует об особенностях расположения растения в пространстве: стебли его «ползают».

Древние дали тимьяну названье «серпиллум»: ползет он,
Близкий к земле, обладая сухой и горячею силой.

Одо из Мена

С древности чабрец почитался как божественная трава, способная возвращать человеку не только здоровье, но и жизнь. Наверное, поэтому нюхали измельченный в порошок чабрец при обмороках. Диоскорид рекомендует настой чабреца с медом при астме, в качестве глистогонного и отхаркивающего средства, при родах и женских болезнях. Плиний Старший в своих трудах приводит 28 лекарственных средств, в состав которых входил чабрец. Авиценна сообщает, что если отварить его в уксусе и приложить с розовым маслом к голове, то это помогает от потери памяти, а также от умопомешательства, летаргии и менингита. Рекомендует он его также как глистогонное, маточное и средство, способное выводить камни. В Европе и в средние века слава чабреца как исцелителя не померкла.

Дымом горящий тимьян изгоняет змей всевозможных,
Также и всякую тварь, что, кусая, внедряет отраву;
И у жнецов есть обычай: с едою тимьян сочетают,
Чтобы, когда утомленных охватит их сон глубочайший,
Спать без опаски могли, не пугаясь червей вредоносных...

Одо из Мена

Считали его полезным при заболеваниях желудка, селезенки, печени, женских заболеваниях. В одном из медицинских справочников прошлого века говорилось: «... он является примечательным укрепляющим средством для легких, его действие в этой области несравнимо ни с каким другим растительным средством. Едва ли найдется и другое такое средство против детского коклюша».

Применяли чабрец и в качестве санитарно-гигиенического средства. Его дымом окуривали заразных больных, коров после отела, молочные крынки и бочки для засола овощей. У некоторых народов он применялся для длительного хранения мясных блюд. В народной медицине чабрец широко используют при заболеваниях верхних дыхательных путей, как успокаивающее при бессоннице у взрослых и детей, наружно — как болеутоляющее при радикулитах и невритах, ревматизме, опухолях, ушибах и т. д. До сих пор в народе бытует поверье, что если спать на подушке, внутри которой находится чабрец, то это приносит здоровье и долголетие.

В современной научной медицине настой из травы и жидкий экстракт рекомендуются при заболеваниях верхних дыхательных путей. В последнее время чабрец используют самостоятельно или в сочетании с травой полыни и золототысячника для лечения больных алкоголизмом. Курс лечения рассчитан на 2—3 месяца. Используют отвар чабреца и для выработки тошнотно-рвотной реакции на алкоголь (только в условиях стационара).

Чабрец — полукустарничек со стелющимся по земле побегом, достигающий возраста 30 лет. Основной стебель со временем древеснеет, а от него отрастают и приподнимаются вверх побеги второго и

третьего порядка, густо покрытые листьями. Листья мелкие, голые, либо опушенные, на очень коротких черешках, расположены супротивно. К июню — июлю на верхушках приподнимающихся побегов образуются многочисленные двугубые цветки, собранные в головки. Цветущий чабрец очень красив: он покрывает сплошным розовым или светло-сиреневым ковром склоны холмов и отдельные участки степи. К тому же растение очень ароматно. В большинстве случаев чабрец нетребователен к условиям, но лучше растет на песчаной и щебнистой почве, где его корни могут легко проникать вглубь. Чабрец надежно закрепляет почву. В СССР около 100 видов чабреца, легко скрещивающихся между собой, так что определение вида чабреца даже для ботаника-систематика представляет трудную задачу. В практике сбора лекарственного сырья виды чабреца обычно не различают, хотя они могут сильно отличаться между собой как по содержанию эфирного масла, так и по его составу. Содержит он от 0,1 до 2 % эфирного масла, основной компонент которого — тимол. Растет в степной и лесостепной зоне европейской части страны и в Западной Сибири. В лесной зоне хотя и встречается, но редко и не обильно. Предпочитает открытые места; в сухой каменистой степи, а также на высокогорных плато может образовать сплошной ковер. При заготовке следует осторожно срезать только травянистые цветущие побеги. Нарушенные заросли чабреца восстанавливаются с большим трудом.

Траву чабреца широко используют в кулинарии в качестве пряной приправы, для отдушки и консервирования продуктов. У рыбаков существует поверье, что окуривание чабрецом рыболовной снасти обеспечивает удачный улов. Чабрец — прекрасный медонос, о чем знали еще в Древней Греции. Здесь чабрец, так же как и пчела, были символами трудолюбия. Эфирное масло чабреца используется в парфюмерии, ликеро-водочном производстве.





Скромна, но мила и красива
Трехцветная в поле фиалка,
С пчелами трудолюбивыми
Солнцу открыта жаркому,
А в городах на газоне
Одетые, словно в сказке,
Дочки ее законные
Цветут анютины глазки.

А. Бузни



иалка трехцветная, фиалка полевая (анютины глазки, братики, троецветка, брат-и-сестра, мотыльки и др.) — *Viola tricolor* L., *V. arvensis* Murr. Сем. Фиалковые — Violaceae

Родовое название *Viola* древнеримского происхождения. Этим словом называли все фиалки. Русские названия — Иван-да-Марья, брат-и-сестра — связывают с легендой, в которой рассказывается о парне и девушке, горячо полюбивших друг друга и поженившихся, не зная, что они брат и сестра. А когда узнали об этом, то, чтобы не разлучаться, превратились в цветок, окрашенный в разные цвета. И стал этот цветок с тех пор символом верности.

В римской мифологии фиалку трехцветную называют цветком Юпитера. Однажды в жаркий день, рассказывает легенда, Венера решила искупаться. Выбрала самый отдаленный грот, чтобы никто не мог подсмотреть, долго и с удовольствием купалась. И вдруг услышала шорох. Повернулась и увидела, что несколько смертных смотрят на нее. Разгневалась богиня и решила наказать слишком любопытных. Воззвала она к Юпитеру, просит смерти виновным. Юпитер слышит просьбу, но не считает вину смертных такой уж большой. Он превращает их в цветки, на которых написано удивление и любопытство, приведшее их к гибели.

Название «анютины глазки» — это тоже о девушке, превращенной

в цветок за излишнее любопытство к чужой жизни и подглядывание.

У немецкого народа этот цветок называют мачехой: он как будто напоминает лицо сердитой женщины. Объясняют также, что самый крупный и ярко окрашенный нижний лепесток — это разряженная мачеха, два средних, тоже нарядных лепестка — это ее дочери, а два верхних, самых маленьких и бледных — это бедные падчерицы. Рассказывают также, что когда-то мачеха находилась наверху цветка, а бедные сиротки внизу, но природа сжалилась над ними и повернула цветок, а, кроме того, мачеху снабдила шпорцем, а ее дочек — усами.

В христианской мифологии трехцветная фиалка называется цветком святой Троицы. Средневековые христиане видели в темном треугольном пятне, находящемся в центре цветка, Всевидящее око, в окружающих его разводах — сияние вокруг него. Три стороны треугольника считались тремя лицами святой Троицы, берущими свое начало от Всевидящего ока.

Влюбленные особо почитали этот цветок — он был для них символом верности и любви. Считалось достойным дарить друг другу предметы, помещенные в увеличенное изображение цветка. А в Валентинов день (14 февраля) эти цветы рассылаются в адрес любимых. Достаточно было послать этот цветок без всяких слов и это было равнозначным признанию в любви. Особенно популярен был этот обычай в Англии. Говорят, что здесь в этот день объяснений в любви было больше, чем во всех других странах.

В XVI в. фиалка трехцветная получает название pensee — мысль, дума. Немецкий ботаник Штерне предположил, что растение получило это название из-за формы плода: его коробочка по форме несколько напоминает череп. Во всяком случае, когда король Людовик XV возвел в дворянское достоинство прославленного экономиста и врача Кене, он присвоил ему герб, на котором было три цветка фиалки и надпись: «глубокому мыслителю».

В первой половине XIX в. садоводы занялись селекцией анютиных глазок. В Англии были выведены сорта совершенно черные, получившие название Фауст, светло-голубые — Маргарита, виннокрасные — Мефистофель. В Америке работали над увеличением размеров цветка. О применении фиалки трехцветной в прошлом сохранилось мало сведений. Однако врачи XVII в. Камерарий и Бок рекомендовали ее водные настои как средство против сифилиса. В народной медицине она почитается как хорошее кровоочистительное средство. Ее применяли при рахите, ревматизме, подагре. Она входила в состав знаменитого «Аверина чая» (вместе с травой череды и горько-сладкого паслена), употребляемого при различных кожных заболеваниях — экземе, зуде, угрях, сыпи, гнойничках.

В современной научной медицине фиалка используется в качестве отхаркивающего средства при заболеваниях верхних дыхательных путей. Применяют ее также при лечении детских диатезов. Настой готовят из расчета одна столовая ложка травы на стакан кипятка.

Фиалка трехцветная и фиалка полевая — однолетние либо двулетние травянистые растения высотой до 30 см. Некоторые ботаники рассматривают их как две формы одного вида. В зависимости от

места произрастания формируется стебель. В зарослях трав он тонкий, маловетвистый, тянется вверх, на открытых местах стебель усиленно ветвится, образуя пучки. Листья у обеих фиалок простые, с двумя крупными перистыми прилистниками. Фиалка трехцветная имеет крупные, хорошо заметные благодаря своей пестрой окраске цветки и опыляется насекомыми. Фиалка полевая имеет небольшие, слабо окрашенные и малозаметные цветки и большей частью самоопыляется. Плоды — коробочки, при созревании раскрывающиеся тремя створками. Внутри находятся многочисленные мелкие семена. Обе фиалки родом из Европы, но как сорные растения распространились по всему земному шару, растут даже в горах, на парах, молодых залежах, в садах, по обочинам дорог.

В траве фиалки содержатся флавоноиды, эфирное масло, сапонины, витамины.





О, древо славное! Как этот дар велик!
Не меньше золота он славит Солнца лик.

Лафонтен



инхона (хинное дерево) — виды рода *Cinchona* L. Сем. Мареновые — Rubiaceae

Название *Cinchona* весь род, насчитывающий около 40 видов, получил в честь графини Ана дель Чинчон, жены вице-короля Перу. По преданию, именно она была первой из европейцев излечена от малярии корой хинного дерева. А кору будто бы принесла ей преданная служанка из племени инков. Графиня, оправившись от болезни, повсюду расхваливала новое лекарство. Порошок коры долгое время был известен под названием «порошок графини». Индейцы называли хинное дерево Ква-хукку, что означало «дерево лихорадочной дрожи», а его кору — кина-кина, что впоследствии в Европе было преобразовано в кинкину и хину, а дерево названо хинным.

Малярия известна с древнейших времен, ее клиническую картину описывал еще Гиппократ. От этого заболевания страдало население мест с жарким и влажным климатом, но особенно — европейские переселенцы, непривычные к условиям жизни в тропическом климате. Несомненно, что индейцы знали о противолихорадочном действии коры еще до появления европейцев. Один из первых исследователей хинного дерева Де ла Кондамин привез легенду о том, что индейцы открыли целебное действие коры, увидев, как пумы, заболев малярией, пили воду из луж с поваленными в них хинными деревьями и выздоравливали. Позже выяснилось, что животные се-

мейства кошачьих малярией не болеют и, кроме того, в горах на высоте 1500—3000 м, где растет хинное дерево, пумы не живут. Французский натуралист Ж. Веддель в 1848 г. выяснил, что первыми людьми, узнавшими силу и действие этого дерева, были индейцы, обитатели деревни Малакатос. Кора кина-кина, которой они лечились, оказалась превосходным и единственным средством против перемежающихся лихорадок. Возможно, больные люди пили из луж с лежащими в них стволами и ветками хинного дерева. Такой естественный настой должен был быть очень горьким, это фиксировалось памятью и последующее выздоровление связывалось с ним. Свою тайну индейцы строго охраняли. Кроме того, известна следующая история. Юная перуанка полюбила испанского солдата. Когда он заболел малярией и смерть его была неизбежной, она решила спасти его жизнь, рискуя навлечь на себя гнев соплеменников. Солдат выздоровел, но не стал хранить заветную тайну и вскоре выгодно продал ее одному из миссионеров-иезуитов. Те сразу поняли важность полученных сведений и сделали все, чтобы тайна осталась тайной. В 1640 г. хинная кора была привезена в Европу. Иезуиты с благословения папы римского объявили новое лекарство «святым порошком» и открыли бойкую торговлю им. Однако первые попытки лечения были не всегда удачными, и в медицинских кругах наступило разочарование. С позиции наших сегодняшних знаний о природе алкалоидов это понятно. Разные партии коры могли сильно отличаться по содержанию действующих веществ, а в случае неблагоприятных условий хранения и перевозки могли и вовсе потерять их. Тогда же можно было услышать, что новый способ лечения малярии ничуть не лучше старого испытанного кровопускания. Но пока врачи спорили, продолжалась бойкая торговля «порошком графини». Махровым цветом расцвела фальсификация. Вместо хинной коры продавали различные подделки, чаще всего ивовую кору. Громкую рекламу создал себе Роберт Тэлбот — помощник аптекаря в британском графстве Эссекс. Он заявил, что создал новое лекарство против малярии. Приглашенный к заболевшему королю Карлу II Стюарту, он действительно вылечил его в течение двух недель, назначив больному по одной столовой ложке своего снадобья через каждые три часа. После этого его пригласили в Париж, где он также вылечил нескольких вельмож. Доверие к Телботу настолько возросло, что король Людовик XIV решил выкупить у него секрет целебного средства. Английский аптекарь получил за него 40 тыс. луидоров, дворянство и монопольное право на производство лекарства в течение 10 лет. Велико же было удивление придворных врачей, когда выяснилось, что новое лекарство всего лишь иезуитский порошок, растворенный в вине. С тех пор кора хинного дерева была причислена к числу официальных лекарств и вошла во все европейские фармакопеи. Ввоз коры из Америки резко возрос. Пришло, наконец, время, когда сотни тысяч больных получили единственно надежное средство для борьбы с малярией. Но лекарство было страшно дорогим, кору взвешивали на самых чувствительных аптекарских весах, чтобы не потерять ни грамма. На курс лечения требовалось не менее

120 г порошка или несколько стаканов концентрированной хинной настойки. Тем не менее популярность нового лекарства была столь большой, что великий французский баснописец Лафонтен в 1682 г. посвятил ему поэму «Кинкина»:

Сей бог (Феб), сочувствуя страданиям людским,
Лекарство ниспослал, придуманное им.
То — древа хинного кора, то — панацея
От лихорадки злой. Но — странная затея —
За океаном Феб то древо поместил,
Чтоб путь к спасению опасен, труден был,
А может он хотел, чтобы корою хины
Лечились лишь в стране, где жители невинны?..
...Но в чем особенность чудесной силы сей?
То — горечь терпкая: она всего важней,
...лекарства нового, то главный элемент!
Он убивает в нас злокозненный фермент...
...Вот хины дерево, так пользуйтесь же им...

Однако самого хинного дерева никто из европейцев не видел. Его не могли обнаружить даже испанцы, прочно обосновавшиеся на новом континенте и владевшие в то время монопольным правом на вывоз целебной коры в Европу. Индейцы добывали кору с большой осторожностью, сбор поручался только самым надежным людям.

История изучения хинного дерева полна трагическими событиями. Только в 1678 г. после многочисленных неудач члену французской экспедиции Ла Кондамину удалось впервые увидеть хинное дерево. С оказией он прислал Линнею краткое описание и гербарный образец, по которым впервые было сделано ботаническое описание растения. Несколько саженцев, которые исследователь захватил, возвращаясь на родину, погибли в пути. 17 лет жизни отдал изучению хинного дерева француз Жюсье, но все материалы его исследований пропали, а сам ученый закончил жизнь трагически.

В начале XIX в. изучением хинного дерева занялась группа молодых ученых из Колумбии. Была проведена колоссальная работа по исследованию мест его распространения, составлено подробное ботаническое описание, изготовлено большое количество карт и рисунков. О масштабах этого труда можно судить хотя бы по тому, что многотомная рукопись была снабжена 5190 иллюстрациями и 711 картами. Многолетняя работа приближалась к завершению, когда в Колумбии вспыхнула освободительная война против испанских завоевателей. Молодые ученые включились в нее. В 1816 г. после одной из схваток вся группа была захвачена в плен и приговорена к смерти во главе с руководителем Франциско Хозе де Кольда. Несмотря на их просьбы об отсрочке казни хотя бы одному из них для завершения важной научной работы, все они были расстреляны, а научные материалы отосланы в Мадрид, где бесследно исчезли.

Спрос на кору хинного дерева возрастал из года в год. Но хинное дерево имеет очень ограниченный ареал — это восточные склоны Анд в пределах Перу, Боливии, Эквадора и Колумбии на высоте 1600—3200 м. К тому же нигде не образует зарослей. К середине XIX в. возникла опасность полного уничтожения ценного растения. Был поставлен вопрос о культуре. Но правительство Перу и Боливии

под страхом смертной казни запретили вывоз семян и саженцев за пределы своих стран, так как не хотели лишаться прибылей от монопольной торговли.

В 1840 г. французскому ботанику Ведделю тайком удалось вывезти немного семян, которые он разослал в ботанические сады Европы. Около 30 лет прожил в Южной Америке ботаник Леджер. Все эти годы он посвятил изучению хинного дерева. Большинство его помощников-индейцев погибли, но один из них Мануэль Малини помог ему собрать и вывезти достаточное количество семян, которые и послужили основой культур на новых континентах. Впоследствии один из видов хинного дерева получил имя ботаника Леджера.

В настоящее время обширные плантации хинного дерева сосредоточены в Индии, Индонезии, Африке, Южной Америке.

Вот как описывает русский ботаник А. Н. Краснов в своей книге «Под тропиками Азии» плантации хинного дерева на о. Ява. «Как известно, на Яве лучше, чем где-либо, привилась культура хинного дерева, и теперь уже не Анды Южной Америки, а восток Азии является главным поставщиком этого драгоценного лекарства... На дереве делалось вдоль всего ствола два надреза. С половины дерева сдиралась кора, другая половина ствола оставалась нетронутою и пораненные части осторожно обматывались мхом. Через год, когда на ободранной части образовывался молодой корковый слой, обдиралась другая половина и точно так же обвертывалась мхом... Многие хинные плантации занимают сотни десятин. Это громадные леса, покрывающие собою целые склоны гор».

В России неоднократно пытались ввести хинное дерево в культуру в районе Батуми, но, как правило, в наиболее холодные зимы они вымерзали. В конце концов была предложена комбинированная двулетняя культура. В первый год растения из семян либо черенков выращивают в теплицах, а на второй год высаживают в грунт. К осени они вырастают до 1,2—2 м высотой и их корчуют. Правда, молодые растения не накапливают более 2 % алкалоидов, в то время как в коре взрослого растения их количество достигает 11—13 %. В настоящее время синтезированы достаточно эффективные противомалярийные средства и необходимость в промышленной культуре хинного дерева в нашей стране отпала.

В 1820 г. французскими химиками-фармацевтами Пельетье и Кавенту из коры хинного дерева был выделен алкалоид хинин. Врачами и химиками это открытие было очень высоко оценено, появилась возможность точной дозировки лекарства при лечении такого массового заболевания, как малярия. При этом дозы лекарства значительно уменьшились. Особенно широко слава нового лекарства разнеслась по Европе тогда, когда молодому французскому врачу Майо удалось излечить многих зараженных малярией солдат французской армии, сражающейся в Алжире. В 1900 г. первооткрывателям хинина в Париже был сооружен памятник.

Представители рода цинхона — это деревья высотой до 25 м, реже кустарники. Листья крупные, вечнозеленые, расположены супротивно. Цветки пятичленные, душистые, собраны в крупные ме-

телки, напоминающие сирень. Венчик трубчатый, с отгибами, может быть желто-белого, розового или малинового цвета. Плоды — мелкие растрескивающиеся коробочки, содержащие большое количество крылатых семян. В культуре приняты главным образом два вида: цинхона красносоковая и цинхона Леджера, способные накапливать большое количество алкалоидов. Кора очень горькая, содержит до 30 различных алкалоидов, важнейший из них — хинин.





Мы не знаем, для кого — для утомления чьей жажды
Мы ежедневно мучимся и работаем, по двое взбираемся на гору.
По двое, помогая друг другу, хватаем мы ветви чайных деревьев
И ободряем друг друга тихими словами: «Торопись,
А то на конце ветки состарится почка,
А то с новым утром начнется мелкий моросящий дождь»

Китайская песня сборщиц чая



ай китайский (чайный куст, чайное дерево) — *Thea sinensis* L. Сем. Чайные — Theaceae

Русское и родовое латинское названия — производные от китайского «тцай-ие», что значит «молодой листочек».

Первооткрыватель, а также родина чая — Китай. Не случайно чайный куст назван китайским. О происхождении его рассказывает старинная китайская легенда. Один из китайских мудрецов по имени Дарма вел подвижническую жизнь, день и ночь проводя в молитвах. Он старался не спать, не давая сомкнуться своим векам. И все же однажды он нечаянно заснул. Пробудившись от сна, Дарма в гневе отрезал свои веки и бросил их на землю. Там, где они упали, через некоторое время выросли зеленые кустики чая, которые помогают человеку преодолевать сон. Эти свойства чая были обнаружены следующим образом. Одна из многочисленных китайских принцесс, отличавшаяся наблюдательностью, отдыхала в саду под чайным деревом. Перед нею стояла чашка с водой. В воду упал листочек с дерева и спустя некоторое время вода приобрела желтоватый оттенок. Нечаянно получившийся настой понравился принцессе, а человечество получило новый напиток, который со временем стал самым распространенным в мире. Случилось это более 5000 лет назад, во всяком случае в первых китайских рукописях чай назван среди лекарственных растений. «Чай усиливает дух, смягчает сердце, удаляет

усталость, пробуждает мысль и не дозволяет поселяться лености, облегчает и освежает тело и проясняет восприимчивость».

Сбор и переработка чайного листа были очень трудоемкими процессами. Считалось, что только нежные и проворные женские руки могут собрать те самые три недавно распустившихся листочка с почкой между ними, которые только и могут дать настоящий чай. Малейшее отступление от технологии, отработанной веками, не допускалось, так как приводило к снижению качества чая, Из Китая культура чая распространилась в Индию и другие страны Юго-Восточной Азии. Ни арабам, ни европейцам долгое время он не был известен. В 1517 г. португальцы из своих заморских колоний привезли чай в Европу, в 1636 г. он попал во Францию, а в 1666 г. — в Англию. В XVIII в. чай был в широком обиходе в Западной Европе. Интересна история его появления в России. В 1638 г. царь Михаил Федорович послал в Монголию к Алтын-хану богатое посольство во главе с бояриным Василием Старковым. Московское посольство было с почетом принято, а при возвращении получило богатые подарки для царя. К недоумению послов главными подарками были бережно упакованные пачки какой-то травы. Траву привезли в Москву и неожиданно чай из нее пришелся по вкусу царю. Несмотря на свою редкость и дороговизну, популярность чая росла и в 1696 г. из России в Китай отправляются первые купцы за чаем. Громадные деньги платила Россия за ввозимый чай, что и заставило русских ботаников подумать о возможности культуры чая у нас. Впервые чайные кусты были высажены в 1833 г. в Никитском ботаническом саду, а чуть позже — в Закавказье. Но они не прижились. В конце XIX в. на средства русских чаеторговцев Удельным ведомством, которое приобрело земли в окрестностях Батуми, были направлены две экспедиции по странам Юго-Восточной Азии для исследования возможности выращивания чая в России. Обе экспедиции вывезли в Россию большую партию чайных семян и саженцев, которые и были высажены возле Батуми. Энтузиастом освоения «русских тропиков» был выдающийся ботанико-географ, пионер отечественного субтропического хозяйства А. Н. Краснов, основатель Батумского ботанического сада. «Чай, рами, диоскорея, каладиум, бананы, бамбук, мандарины, лаковое и восковое деревья... вот что должно составить источник богатства и славы батумского земледельца», — писал он в 1898 г. Долгие годы он занимался акклиматизацией чая на Батумском побережье. «Смело можно сказать, что Колхида будет пить свой чай. Да и не одна Колхида!» — утверждал он. Слова его оказались пророческими, хотя культура чая в России развивалась с большим трудом.

Чайный куст — теплолюбивое и капризное растение. Общая площадь его посадок к 1915 г. достигла лишь 1208 га. Продукция была низкого качества, ее закупало лишь военное ведомство для солдат, поэтому такой чай называли солдатским.

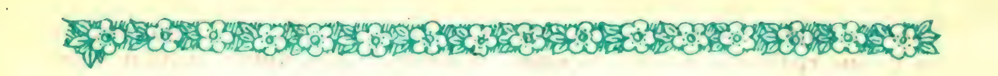
В настоящее время чайное растение акклиматизировано не только в Колхиде, но и в Азербайджане, Грузии и Краснодарском крае. Общая площадь плантаций чая в нашей стране составляет около

90 тыс. га. В течение 300 лет популярность чая в России непрерывно возрастала. Как у многих других народов, он стал основным напитком, однако сам процесс чаепития приобрел национальные черты и стал традицией. В русском народе прочно сохранялась традиция лечения любых простуд баней и горячим чаем (лучше с медом).

В современной научной медицине крепкий настой чая используется в качестве тонизирующего, повышающего физическую и умственную работоспособность при усталости. При спазмах сосудов головного мозга он снимает боль, обладает вяжущим и мочегонным действием. Используется как противоядие. В листьях чая содержатся алкалоиды кофеин, теофиллин, теобромин, до 35 % дубильных веществ, большое количество разнообразных витаминов, эфирное масло.

В природе чай китайский — вечнозеленое дерево высотой до 10 м и стволом до 50—60 см в диаметре. Как дикорастущее встречается под пологом субтропического леса юго-западного Китая, северного Вьетнама и Мьянмы. На юге китайской провинции Юньнань новые плантации закладывают, подсаживая новые растения к дикорастущим под полог леса. И в дальнейшем обрезают их одинаково. Если в природе это дерево, то в культуре это невысокий, не более 1 м куст с растопыренными ветками. Из-за систематической обрезки имеет, как правило, полушаровидную форму. Листья толстые, кожистые, блестящие, с коротким черешком. Молодые листочки мягкие, эластичные. Загрубевшие листья к сбору непригодны, из них не получается чай хорошего качества. Цветки крупные, одиночные или по 2—3 в пазухах листьев, белые или слегка кремовые, со слабым приятным запахом. Плоды — трехгнездные коробочки, в каждом гнезде — по одному крупному семени. Размножается семенами и черенками. Технология получения чая сложна и от ее операций и их последовательности зависят его качество и сорт. Главнейшие группы сортов чая: черный — популярный в Европе и США, зеленый — любимый у народов Востока и кирпичный — низкосортный. Иногда чай искусственно ароматизируют, добавляя в него лепестки жасмина, розы. Мировой славой пользуются индийские, китайские, цейлонские сорта.





Белая черемуха под лугом,
Белая черемуха над ручьем,
Иль снежинки-звездочки на ветвях,
Иль косынка белая на плечах,
Иль слетело облако поутру
И теперь качается на ветру...

И. Демьянов



Черемуха обыкновенная — *Padus avium* Mill.
Сем. Розоцветные — Rosaceae

Родовое латинское название встречается у древнегреческого ботаника Теофраста и предположительно связано с наименованием реки По в Северной Италии. Возможно, черемуха обильно росла по берегам этой реки, так как это ее обычное местообитание. Видовое латинское название *avium* произошло от avis — птица.

Русское название произошло от древнеславянского «черема» — смуглая и, очевидно, связано с окраской коры и плодов. За красоту, обильное цветение и поэтический облик о черемухе сложено много песен, стихов, загадок, поговорок. И всегда это образ нежной девичьей красоты, образ невесты в подвенечном наряде. Музыкой звучат стихи С. Есенина, посвященные черемухе:

Черемуха душистая
С весною расцвела,
И ветки золотистые,
Что кудри завила.
Кругом роса медвяная
Сползает по коре,
Под нею зелень пряная
Сияет в серебре.

Для многих неповторимый запах черемухи связан с воспоминаниями детства, родного дома, с чувством родины. «Сказать, какой

именно запах у черемухи, невозможно, — писал М. М. Пришвин, — не с чем сравнить и не скажешь. В первый раз, когда весной я ее понюхаю, мне вспоминается детство, мои родные, и я думаю о них... В запахе одной только черемухи соединяешься со всем прошлым».

Черемуха — любимый объект фенологических наблюдений. С ней связывают приметы сельскохозяйственного года.

Урожай на черемуху, так и на рожь.
Пшеницу сей, когда зацветет черемуха.

Цветение черемухи связывали с приходом устойчивого тепла. А фенологи даже подсчитали, что граница зацветающей черемухи продвигается с юга на север со скоростью 100 км за 2—4 суток. В некоторых местах черемуху называют «маевкой» за то, что она цветет в мае.

Плоды черемухи использовались человеком каменного века, о чем свидетельствуют результаты археологических раскопок. Используя их в пищу, люди не могли не отметить их специфического вяжущего действия, поэтому плоды черемухи можно считать одним из древнейших лекарственных средств.

В народной медицине использовались плоды, кора, листья и цветки черемухи. Плоды применяли как вяжущее средство, кору — при лечении лихорадки, ревматизма, венерических заболеваний, листья — при заболеваниях легких и верхних дыхательных путей, а из цветков делали примочку для лечения глазных болезней. В народе даже существовало поверье, что достаточно постоять в тени черемухи, чтобы отпугнуть начинающуюся болезнь. И поверье это, как оказалось, не лишено оснований. В момент цветения черемуха выделяет громадное количество летучих фитонцидов, губительно действующих не только на микробы, но и на крупных животных (мышей, крыс). Вот почему букет черемухи, оставленный в закрытой комнате, способен вызвать головную боль и недомогание. Фитонциды черемухи во время Великой Отечественной войны использовали для лечения гнойных ран.

В современной научной медицине черемуха используется мало. Плоды в виде компотов и киселей применяют в педиатрии как закрепляющее средство. Нужно помнить, что все части растения, кроме плодов, содержат нитрилгликозид амигдалин, в присутствии ферментов распадающийся на бензальдегид, синильную кислоту и глюкозу. Поэтому все лекарственные средства из коры, листьев и цветков черемухи могут вызвать отравление. Запах цветкам и листьям придает гликозид пруназин.

Черемуха обыкновенная — дерево до 10 м высотой или кустарник с развесистой кроной. Листья крупные, эллиптические, с пильчатым краем. У основания на черешке имеются две крупные железки со сладким соком, любимым муравьями, которые необходимы растению для защиты от насекомых-вредителей.

Соцветие черемухи — кисть. Цветки белые, правильные, душистые, с пятилепестным венчиком. Плоды — черные блестящие костянки, созревающие в июле — августе. Имеют одну крупную кос-

точку внутри и сладковяжущий вкус. Это о них многочисленные загадки:

Марийская: посреди поля черная овчина висит.
Бурятская: черный теленок с костяным желудком.
Белорусская: цвет белый, а ягода черная.
Хакасская: в молодости зеленая бывает, состарится — черной становится.
Русская: платье потерялось — пуговки остались.

Плоды содержат большое количество дубильных веществ, сахара, флавоноиды, органические кислоты. Растет черемуха по берегам рек и других водоемов, по склонам оврагов и среди кустарников на богатой почве с близким залеганием грунтовых вод. Распространена по всей европейской части страны и в Западной Сибири до Енисея. Одна из самых морозостойких культур, встречается даже за Полярным кругом. Выведены декоративные формы — плакучая, пестромраморная.

Плоды широко используются в пищу для приготовления компотов, напитков. Их употребляют в качестве начинки для пирогов и подмешивают в тесто для придания ему цвета и аромата. Из коры черемухи получали краску зеленого и бурого цвета. Древесину использовали для столярных изделий, а гибкие ветки — для плетения мебели, коробов, корзин и даже кузовов экипажей. Черемуха — прекрасный медонос.





Как сообщают врачи, у травы чистотела известны
Два ее вида и первый название носит «большого»,
«Малым» зовется второй; и глазам они оба целебны.

Одо из Мена



Чистотел большой (бородавник, чистуха, ласточкина трава, желтомолочник, чистая трава, желтый молочай, светлая трава и др.) — *Chelidonium majus* L.
Сем. Маковые — Papaveraceae

В настоящее время систематики считают, что род чистотел включает только один вид — чистотел большой. Растение же, известное в средние века под названием чистотел малый, сейчас называют чистяком весенним; выделено оно в самостоятельный род и отнесено к другому семейству. Однако некоторые основания для объединения этих двух столь несхожих растений у древних были. Современными исследованиями установлено, что чистяк весенний содержит те же алкалоиды, что и чистотел большой. О происхождении родового названия сообщает Плиний:

... трава с их прилетом расти начинает
И засыхает, когда по привычке они улетают
И «хелидония» имя отсюда у ней: ведь «хелидон» —
Эта крылатая птичка обычно зовется у греков.

Это мнение было общепринятым в течение 2000 лет, отсюда и название «ласточкина трава». Однако есть и другая версия, которая объясняет происхождение этого названия от древнелатинского coeli donum, что означает «дар небес».

Большая группа русских названий чистотела связана с необычным желтым цветом его сока: желтомолочник, желтый молочай и др. Необычайная для наших растений окраска млечного сока в средние века привлекала пристальное внимание алхимиков. Они приписывали это несомненному родству чистотела с золотом. А так как основной целью исследований алхимиков было превращение неблагородных металлов в золото, то пришлось чистотелу побывать в

тиглях и ретортах алхимиков. Современные ученые объяснили причину столь необычной окраски млечного сока присутствием большого количества пигмента красно-оранжевого цвета — каротина. Основанием для названия «светлая трава» послужило то, что многие поколения врачей, начиная с древнегреческих, Авиценны и до XVIII в., считали чистотел полезным при глазных заболеваниях. Основана эта вера была на старинной легенде, в которой говорится о том, что ласточка лечит глаза своим ослепшим птенцам соком чистотела.

Для лечения глазных заболеваний сок чистотела вместе с медом варили на легком огне, пока не прекратится выделение пены и сам он не станет похожим на мед. Этой жидкостью следовало намазывать глаза как можно чаще.

Самая большая группа названий — чистотел, чистуха, бородавник — связана с традиционным использованием чистотела при лечении кожных заболеваний.

Как лекарственное растение чистотел широко применялся в Древнем Риме, в арабской медицине. В средние века корень чистотела использовали для лечения заболеваний печени, сок чистотела с козьим салом прикладывали к язвам. В России в отваре травы купали золотушных детей, лечили кожный туберкулез и чесотку, сводили бородавки и веснушки. Кое-где чистотел использовали для лечения злокачественных опухолей, но научная медицина к этим сообщениям относилась с недоверием, пока в 1896 г. русский врач Денисенко не опубликовал сообщение о нескольких случаях удачного лечения злокачественных заболеваний экстрактом чистотела. Препарат поставляла ему знаменитая московская аптечная фирма Феррейн. А. П. Чехов в письме А. С. Суворину пишет: «Найдено средство от рака. Вот уже почти год, как с легкой руки русского врача Денисенко пробуют сок чистотела, или бородавника, и приходится теперь читать о поразительных результатах». К сожалению, препараты чистотела не отличались постоянством действия, объяснения этому не находили и постепенно энтузиазм врачей угас. В наши дни была проведена серия экспериментов с использованием новейших достижений науки, результаты которых показали, что препараты чистотела задерживают рост опухолей, особенно на коже и слизистых.

В научной медицине сок и порошок из травы применяют для прижигания бородавок, кандилом, полипов, при начальных формах красной волчанки. Его употребляют также при заболеваниях желудка и печени. Внутрь его используют только под наблюдением врача. Ядовит!

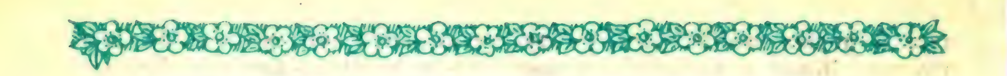
В гомеопатии применяют для лечения заболеваний печени и желчных путей.

Чистотел большой — крупное до 1 м растение с сочным ребристым стеблем. Розеточные листья зимуют. Все листья перисторассеченные с округлыми городчатыми по краю долями. Характерная особенность листьев — их двухцветность. Сверху они ярко-зеленые, снизу — сизые от воскового налета. Цветки до 1 см в диаметре, собраны в простые зонтики. Они ярко-желтые, четырехлепестковые,

с опадающей при цветении чашечкой. Плод — длинная стручковидная коробочка с большим количеством мелких черных семян. Эти семена снабжены белым хрящевидным присемянником, который любят поедать муравьи. Растаскивая семена, муравьи способствуют расселению чистотела. Поэтому кустики его можно встретить в самых неожиданных местах: в трещине асфальтового покрытия, в уголке двора, между блоками каменной стены. Но вообще чистотел любит богатые унавоженные почвы и поэтому поселяется поближе к человеку. Встречается на всей территории страны, но больших зарослей нигде не образует. Все органы растения содержат желтый млечный сок, оставляющий пятна на руках и одежде. У особо чувствительных людей может появиться даже воспаление или пузыри на коже. В траве чистотела содержится более десятка алкалоидов. Кроме того, обнаружены эфирное масло, каротин, флавоноиды, сапонины и другие вещества.

Трава чистотела может быть использована как хорошее инсектицидное средство против вредителей садов и огородов. Сок чистотела используют при чернении металлов, масло из семян — как хорошее противокоррозионное средство. Из корней получают желтую краску. В некоторых местностях травой чистотела парят крынки для молока, чтобы не скисало, окуривают скот от падежа.





По сторонам тропы высокими и крутыми стенами стоял шиповник и цвел таким алым и влажным огнем, что даже ранний солнечный свет, падавший на листву, рядом с цветами шиповника казался холодным и бледным. Казалось, что цветы шиповника навсегда отделились от колючих веток и висят в воздухе, как яркое маленькое пламя.

К. Паустовский



иповник (шипняк, шипшина, петушьи ягоды, свороборина и др.) — *Rosa* L. Сем. Розоцветные — Rosaceae

По вопросу о происхождении родового названия *Rosa* существуют две версии. Согласно одной, оно дано по названию острова Родос, откуда будто бы произошла роза, по другой версии, оно произошло от кельтского слова rhodd — красный, из-за яркой окраски цветков и плодов. Во всяком случае, название «роза» применительно к шиповнику встречается у всех античных авторов. Смысл же русского названия понятен каждому, кто хоть раз в жизни приближался к этому растению. Большинство из 400 видов шиповников имеют шипы, крупные и мелкие, прямые и крючковидно изогнутые, тонкие, как иглы, и плоскосерповидные. И не случайно растение имеет столь мощную защиту. Красиво оно и в пору цветения, и в пору созревания плодов.

Во дни роскошного расцвета,
Когда приходит жар и зной,
Шиповник, милый вестник лета,
Пленяет нас своей красой

Н. А. Холодковский

Во время цветения шиповник сравнивают с невестой в подвенечном наряде, а на Кубани рассказывают легенду о несчастной любви

двух молодых влюбленных, разлученных жестокой судьбой. И было это так. Жила в дальней станице бедная девушка-казачка. Единственным ее богатством была необычайная красота. Полюбила она молодого казака, к несчастью, тоже бедного. Поклялись молодые люди в верной любви друг другу, но нависла уже над ними беда. Приметил красивую девушку станичный атаман и стал преследовать ее, а молодому казаку пришла пора идти на военную службу. Ненавистью отвечала красавица на все домогательства атамана, но это не остановило злодея и в одну из темных ночей его слуги выкрали девушку из родительского дома. Долго держал он ее в темнице, но в день свадьбы удалось ей бежать в ближайший лес. Вспомнились ей счастливые встречи с любимым, не выдержала она сердечных мук и лишила себя жизни. А на месте ее гибели вырос пышный куст с нежно-розовыми душистыми цветами. Увидел однажды атаман красивый куст, хотел сломать цветущую ветку, но все они мгновенно покрылись колючими шипами. А осенью на этих ветках появились ярко-красные, похожие на капли крови плоды. Добрые люди собирают эти плоды, пьют из них чай, и этот чай возвращает им бодрость и здоровье.

Род шиповник очень древний и в диком виде растет в горах Ирана и Гималаев. С тех пор, как человек начал собирать и употреблять в пищу и для лечения дикие плоды, он стал одним из самых известных и привычных растений. Его использовали в пищу, добывали из него лекарства и краски, красивые цветки и плоды служили украшением, его колючки использовали в качестве защиты. Именно про эти колючки сложены народные загадки:

Дерево латинско, лапы богатырски, когти дьявольски.

Стоит древо, древо ханское, платье шемаханское, цветы ангельски, когти дьявольски.

У многих народов шиповник — любимое бытовое, ритуальное и священное растение: из его цветков плели гирлянды для невест, поэтов, героев и правителей, женщины и девушки украшали себя бусами из ярких плодов, был он участником общественных мероприятий, похоронных обрядов. Древние греки и римляне считали его символом нравственности и посвящали богине любви и красоты.

У славянских народов шиповник — символ красоты, молодости, любви. Одновременно он символизирует и крепкую мужскую стать.

О лекарственном применении плодов, листьев, цветков, корней шиповника известно очень давно. Авиценна рекомендовал их при шуме в голове и от зубной боли, при опухолях в горле и воспалении миндалин. Он считал, что шиповник прекращает рвоту и успокаивает икоту. О противоцинготных свойствах плодов знали врачи многих стран. В Московском государстве организованный в XVII в. Аптекарский приказ в числе первых включил в план государственных заготовок «плоды свороборинные». Для его заготовок отправлялись экспедиции в оренбургские степи. Для поддержания сил истощенным больным и раненым давали «патоку свороборинную», а сами раны промывали и накладывали на них повязки, пропитанные розо-

вой водой. «Вода цвету свороборинного раны заживляет, свербеж выводит, ране не дает распространиться ни в ширину, ни в длину». Им лечили самые разные заболевания: от простуды до бешенства, и, как это часто бывает, период безоглядного увлечения сменился периодом разочарования. Во всяком случае научная медицина прошлого века относилась к нему холодно. В одном из справочников читаем: «...в некоторых губерниях корень шиповника считается лучшим декоктом (отвар), пользующим расстройство печени и селезенки».

Былая слава вернулась к шиповнику с открытием витаминов. Его плоды оказались настоящей их сокровищницей: по содержанию аскорбиновой кислоты плодам шиповника нет равных. Поэтому и в народной, и в научной медицине они используются прежде всего как поливитаминное средство при весенних гиповитаминозах, для профилактики инфекционных заболеваний, для поддержания сил у истощенных больных, а также в качестве мочегонного, желчегонного, ранозаживляющего средства. Готовят настой, порошок, сироп, варенье, джем, компоты, кисели; плоды маринуют. Применяют плоды также при заболеваниях желудочно-кишечного тракта с пониженной кислотностью. Следует, однако, учитывать, что не все 60 видов шиповников, произрастающих у нас в стране, равнозначны по содержанию витаминов. Условно они разделены на две секции: высоковитаминных (коричных) с содержанием аскорбиновой кислоты в плодах от 2 до 17 % и низковитаминных (собачьих) с содержанием аскорбиновой кислоты 0,5—1,2 %. Рекордное содержание аскорбиновой кислоты (17,8 %) отмечено в плодах шиповника Беггера. Отличаются плоды высоковитаминных и низковитаминных шиповников некоторыми морфологическими особенностями, легко определяемыми даже неспециалистом. Все шиповники имеют по пять листочков чашечки. У шиповников коричных они цельные и сохраняются на созревших плодах. У собачьих из пяти чашелистиков два перистых, два цельных, а у пятого лопасти только с одной стороны. По этому поводу существует старинная загадка, переведенная с латинского языка А. В. Цингером:

Постарайся угадать,
Кто такие братьев пять:
Двое бородаты,
Двое безбороды.
А последний, пятый
Выглядит уродом:
Только справа борода,
Слева нету и следа.

У видов этой селекции шиповников листочки чашечки на созревших плодах не сохраняются. Кроме аскорбиновой кислоты плоды шиповника содержат витамины P, B_2, K, каротиноиды, флавоноиды, дубильные вещества, пектины, микроэлементы.

Шиповники — долгоживущие кустарники. Возраст отдельных растений достигает 400 лет. Они обладают исключительной приспособляемостью к различным природным условиям. Поэтому встречаются

шиповники стелющиеся по земле высотой не более 20 см, и высокорослые, ползущие по скалам на 5—6 м в сторону, и лианы, высоко взбирающиеся на деревья. Листья у всех перистосложные. Цветки разнообразной величины и окраски, одиночные, собраны в соцветия. Насчитывают до 30 оттенков окраски цветков — от чисто белого до желтого и бордово-красного. Цветки диаметром от 5 мм до 6 см, как правило, пятичленные, чаще имеют нежный приятный запах, но иногда и с неприятным запахом (некоторые среднеазиатские виды). Плоды ложные, состоят из сочного разросшегося цветоложа, внутри которого размещены настоящие плодики — каменистые орешки. Это о них говорят в России: «Сидит на палочке в красной рубашечке, брюшко сыто — камнями набито», а в Армении: «Красный горшочек, на нем черная крышка».

Плоды также имеют разнообразную форму, величину и окраску. Встречаются шиповники с совершенно черными плодами.

Род шиповник распространен по всему северному полушарию. На юге, где ему жарко, он поднимается высоко в горы. В экваториальной зоне и южном полушарии нет ни одного дикорастущего вида шиповника. Причем существует одна его биологическая особенность. В северной зоне и высокогорных районах растут преимущественно высоковитаминные виды, а чем дальше на юг, тем чаще встречаются виды секции собачьих. Благодаря селекционной работе в культуру введен сорт Витаминный Всесоюзного научно-исследовательского витаминного института с крупными плодами без шипов и богатый витаминами.

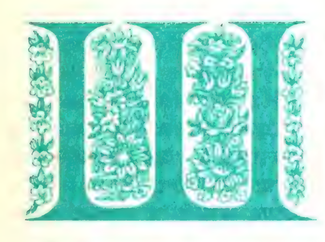
Плоды шиповника используют в пищу. Из лепестков цветков варят ароматное варенье, сушеные лепестки добавляют в чай. На Кавказе употребляют в пищу молодые побеги. Плоды некоторых видов применялись для окраски тканей. Цветки шиповника охотно посещаются пчелами, а плоды — любимый корм многих птиц. Многие виды очень декоративны — их высаживают в садах, парках. Например, дальневосточный вид — шиповник морщинистый — имеет ярко-зеленую листву, крупные ярко-красные ароматные цветки и плоды, напоминающие небольшие яблочки. Из шиповников создают колючие изгороди, их высаживают на склонах гор и оврагов для защиты почвы от эрозии.





Теоброма какао — пища богов,
Напиток древнейший ацтеков.
Неведомым был восемнадцать веков,
Зерно заменяло монету.
Века охраняли его чудеса,
Он был королям, словно праздник,
И нынче в тропических только лесах
Растет деревцо шоколадник.

А. Бузни



Шоколадное дерево (шоколадник) — *Theobroma cacao* L. Сем. Стеркулиевые — Sterculiaceae

Родовое название было дано Линнеем и происходит от греческих слов theos — бог и broma — пища. Видовой эпитет связан с индейским названием семян «какацатль», откуда общеевропейское — шоколад.

Когда в 1519 г. конкистадоры Эрнандо Кортеса взяли штурмом и разграбили древнюю столицу государства ацтеков, в дворцовых кладовых они обнаружили сотню плотно закрытых деревянных сосудов, заполненных неизвестными семенами. Выяснилось, что эти семена наряду с золотом составляли основу финансовой системы государства и выполняли роль денежной единицы. За 10 семян можно было приобрести одного кролика, а за 100 — целого раба. Были и свои фальшивомонетчики. Они извлекали содержимое семян, заполняли их полости землей, склеивали и в таком виде пускали в «денежный оборот». Из семян готовился национальный напиток «чоколатль», которому приписывали божественную силу и происхождение. Для простых смертных он готовился следующим образом: семена варили в воде, отвар заправляли кукурузной мукой, охлаждали и взбивали в пену, а затем ароматизировали перцем и ванилью. Для императора Монтесумы напиток готовили по особому рецепту.

Растирали смесь семян с нежными зернами кукурузы молочной спелости, добавляли уваренный сладкий сок агавы и ваниль. Император пил этот напиток из золотой чаши, которой пользовался только один раз. Испанцам понравился напиток и, возвратившись в Испанию в 1520 г., они привезли семена какао в подарок королю. Изготовление напитка долго хранилось в секрете, а сам напиток подавался только к королевскому столу. Спустя столетие семена какао попадают во Францию и постепенно шоколад становится модным напитком. Открывается сеть кондитерских, в которых каждый желающий мог отведать древний напиток ацтеков. Об этом свидетельствует и картина «Шоколадница», написанная швейцарским живописцем Ж. Э. Лиотаром в 1745 г. и находящаяся сейчас в Дрезденской галерее. Скептики, правда, утверждали, что шоколад тяжел для пищеварения, он пригоден только для грубых желудков индейцев, что он вреден для зубов и даже что он «сжигает кровь». Но их никто не слушал. Европа требовала все больше «бобов какао», возникла проблема введения его в культуру. С XVII в. культура шоколадника начала распространяться в странах Центральной, а затем Южной Америки. С XVIII в. основным производителем семян какао стала Бразилия. Но вскоре культура шоколадника перешагнула границы континента. Его плантации появились в Африке и Юго-Восточной Азии. Сейчас их общая площадь составляет более 1 млн. га и $^2/_3$ этих площадей расположено в тропической Африке по берегам Гвинейского залива.

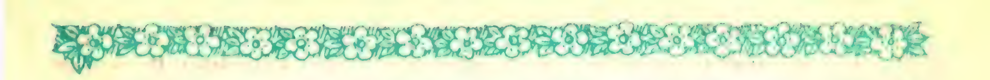
Шоколадник, или шоколадное дерево, — невысокое тропическое дерево высотой около 8 м. Листья крупные, цельные. Цветки мелкие, розовые, расположены пучками на стволах, даже у их основания. Опыляется разнообразными насекомыми. Цветение и плодоношение продолжаются круглый год. Плоды созревают в течение 7—9 месяцев и, несмотря на обильное цветение, одновременно на растении находятся не более 20—30 созревающих плодов.

Плоды крупные, яйцевидной или ромбической формы с заостренной верхушкой. Они имеют плотную кожуру, гладко окрашенную в желтый либо красный цвет, иногда пеструю. Внутри плода в сочной розоватой мякоти находятся многочисленные семена, расположенные в пять рядов. В одном плоде бывает до 50—60 семян. Мякоть плодов приятна на вкус, съедобна. Плоды какао срезают по мере их созревания, стараясь отрезать плодоножку как можно дальше от ствола, так как тут, у основания плодоножки, завязываются новые цветки. Плоды разрезают, вынимают семена вместе с сочной мякотью и складывают в чаны для брожения и ферментации. В результате этих процессов они приобретают буро-фиолетовую окраску, приятные запах и вкус. По окончании ферментации семена сушат. Если их высушить без ферментации, они будут иметь белую окраску и горький вкус. Такое сырье считается низкокачественным. На международном рынке имеется множество сортов семян какао, названия которым даются по стране-производителю либо по месту выращивания. Родина шоколадного дерева — тропическая Америка, острова Мексиканского залива, где оно дико растет под пологом

тропических лесов. В нашей стране культура невозможна, так как уже при температуре ниже 15 °С дерево сильно страдает и завязи осыпаются.

В оболочке семян плода содержится алкалоид теобромин, в семенном ядре — около 50 % жирного масла. Оболочку снимают и используют для выделения теобромина, из семенного ядра после поджаривания и измельчения выжимают жирное масло. Оставшийся жмых используют для производства порошка какао, а масло, застывшее при t = 31—34 °С, используют в медицине в качестве основы для суппозиториев и мазей. Впервые в медицину оно было введено в 1710 г., вошло в фармакопеи всех стран и до сих пор ему нет достойного заменителя, несмотря на все успехи синтетической химии.





Есть еще кочедыжник, или папоротник; кому удастся сорвать цвет его, тот всеми кладами владеет.

А. Толстой



итовник мужской (папоротник мужской, кочедыжник, перунов огнецвет, светицвет, жарцветок) — *Dryopteris filix mas* (L.) Schott.
Сем. Щитовниковые — Aspidiaceae

Родовое латинское название образовано от греческих слов «drys» — дуб и «pteris» — папоротник. Слово pteris — производное от pteron — крыло, перо: ведь лист папоротника очень напоминает крыло птицы. В буквальном переводе родовое название обозначает «папоротник дубовых лесов».

Русское название произошло от славянского «порть» и «пороть», обозначающее крыло. Сейчас это слово полностью исчезло из живой речи и напоминает о нем лишь слово «парить».

На Руси до христианства папоротник был посвящен богу грома и молнии — Перуну. Удивительным казалось это растение: никто никогда не видел его цветков. Значит растение их прячет, а раз прячет, значит в них заключены какие-то необыкновенные волшебные свойства. И вот о папоротнике создаются полные чудес сказания. Будто бы папоротник цветет один раз в году накануне дня Ивана Купала (на 7 июля). Между листьями вначале вырастает светящая-

ся почка, она шевелится, растет, а ровно в полночь с треском лопается и появляется светящийся ярким светом цветок, при этом раздаются удары грома и сверкают молнии — отсюда и произошли названия огнецвет, светицвет, жар-цветок. А цветок папоротника будто бы обладает необыкновенными свойствами: он способен указывать спрятанные клады, открывать его владельцу прошлое и будущее, делать его невидимым, богатым и счастливым. Счастливый обладатель цветка мог слышать, как разговаривают между собой травы и деревья. Однако охотников до цветка папоротника много и сторожит его нечистая сила. Нужно не только успеть схватить цветок за те несколько мгновений, что он цветет, но преодолеть свой страх и козни нечистого. Вот как описана охота за цветком папоротника у Н. В. Гоголя «...Но вот блеснула в небе зарница, и перед ним показалась целая гряда цветов, все чудных, все невиданных: тут же и простые листья папоротника. Поусомнился Петро и в раздумье стал перед ними, подпершись обеими руками в боки.

Что тут за невидальщина? Десять раз на день, случается, видишь это зелье; какое ж тут диво? Не вздумала ль дьявольская рожа посмеяться? Глядь, краснеет маленькая цветочная почка и, как будто живая, движется. В самом деле, чудно! Движется и становится все больше, больше и краснеет, как горячий уголь. Вспыхнула звездочка, что-то тихо затрещало, и цветок развернулся перед его очами, словно пламя, осветив и другие около себя».

Схватив цветок, нужно было бежать без оглядки, что бы ни чудилось сзади. Если испугаешься и оглянешься, исчезнет цветок папоротника, а с ним надежды на богатство и счастье. Крепко верили в народе в волшебные свойства перунова огнецвета. «А сия трава самая наисильнейшая над кладами, царь над цветами — трава папороть!» — утверждал автор одного из рукописных травников. А. Н. Афанасьев в своей книге «Поэтические воззрения славян на природу» рассказывает, как один крестьянин накануне дня Ивана Купала искал в лесу пропавшую корову. В самую полночь он проходил мимо папоротника и не заметил, как цветок его попал ему в лапоть. И внезапно ему стали видимы клады, скрытые в глубине земли, стало ведомо будущее, легко отыскал он пропавшую корову. Возвратясь домой, напугал своих домашних — они слышали его голос, но не видели самого. Однако, снимая лапоть, он уронил цветок папоротника, и вмиг все пропало. Он забыл даже те чудеса, что недавно видел в лесу. Все эти поверья связывали с двумя видами папоротника — мужским и игольчатым. Они настолько близки морфологически, что в народе их не различали.

А вот о женском папоротнике в Вологодской области рассказывали следующее. Если в ночь на Ивана Купалу посидеть, накрывшись скатертью, возле него, то можно увидеть, как пробегут все лечебные травы и каждая скажет, от какой болезни она употребляется.

В связи с этими легендами и возник поэтический праздник Ивана Купалы, когда вся молодежь села отправлялась на ночь в лес на поиски царя цветков. Никто его, конечно, не находил. Но всю ночь в лесу горели костры, пелись песни и водились хороводы. Молодежь

особенно увлекали поиски цветка, так как, по рассказам, он сам мог служить приворотным зельем.

Самое интересное, что подобные поверья существовали не только у славян. Жители Тироля верили, что семена у папоротника образуются сразу же после отцветания в Иванову ночь. Вот они-то как раз и помогают отыскать спрятанные в земле клады.

Первое научное описание папоротника как лекарственного растения находим у Диоскорида: «Папоротник бывает двух видов. Мужской его вид представляет собой растение без цветков и плодов. У него есть ветки, опущенные книзу и крепко сидящие на стебле, длиной в локоть и больше. Листья его зубчатые, раскидистые и тонкие, вроде крыльев...» Авиценна рекомендует его в качестве противоглистного («перед тем, как пить папоротник, надо поесть чесноку»), а также ранозаживляющего средства.

Но в средние века он был забыт, хотя нужда в противоглистных средствах была большая. Объяснение этому следует искать в том, что корневища папоротника быстро теряют активность, а также в том, что внешне похожие папоротники отличаются разной физиологической активностью. Это послужило причиной того, что вера в его действенность была подорвана и постепенно он выпал из арсенала научной медицины. Однако в народе продолжали использовать его довольно эффективно. Семейные рецепты сохраняли в тайне и передавали по наследству. Один из таких рецептов был выкуплен французским королем Людовиком XVI в 1775 г. за 18 000 ливров. Рецепт был расшифрован и главной его составной частью оказался экстракт из корневищ мужского папоротника. С тех пор растение включено во все европейские фармакопеи.

Современная народная медицина использует его в качестве противоглистного средства, а также наружно в виде ванн при ревматизме, различных язвах и судорожных сокращениях мышц. В научной медицине применяется густой эфирный экстракт корневищ в качестве средства при ленточных глистах. Корневище ядовито, лечение проводится только под наблюдением врача.

Папоротник мужской — многолетнее споровое растение с крупным косорастущим корневищем бурого цвета. Ежегодно от верхнего молодого конца корневища отрастает пучок крупных красивых дваждыперистых листьев. К середине лета на нижней стороне листа образуется множество мелких бугорков, вначале светло-зеленых, затем буреющих. Бугорки эти имеют почковидную форму и называются сорусами. В них созревают споры. Вот почему папоротник относится к нецветковым растениям. Это представитель споровых, очень древних растений, которые появились на Земле гораздо раньше цветковых и в большинстве своем вымерли.

В этих листьях слишком внешних
В их точеном очертаньи,
Что-то есть миров нездешних...
Стал я в странном содроганьи
    И на миг в глубинах духа
    (Там, где ужас многоликий)

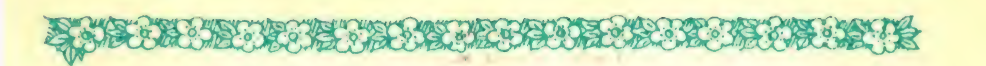
Проскользнул безвольно, глухо
Трепет жизни жалкой, дикой.
Словно вдруг стволами к тучам
Вырос папоротник мощный,
Я бегу по мшистым кучам...
Бор не тронут, час полнощный.
Страшны люди, страшны звери,
Скалят пасти, копья точат,
Все виденья всех поверий
По кустам кругом хохочут.
В сердце ужас многоликий...
Как он жив в глубинах духа?
Образ жизни жалкой, дикой
Закивал мне, как старуха...

В. Брюсов

Папоротник воспринимается поэтом как посланец далекого прошлого, вызвавшего глубоко запрятанные в подсознании картины жизни далекого предка.

Корневища папоротника мужского и игольчатого содержат ядовитые вещества — производные флороглюцина. Относят их к мышечным ядам.





Эвкалиптов вымахала роща
Мощная, немножечко седая,
Царственно-лекарственна, а проще
Фитонцидов чудо-кладовая.

А. Бузни



вкалипт — *Eucalyptus*. Сем. Миртовые — Myrtaceae

Родовое латинское название — производное от двух греческих слов «eu» и «kalyptos», обозначающих «хорошо закрываю» и данных растению за его интересную биологическую особенность. Бутон у эвкалипта плотно закрыт деревянистым околоцветником. Если учесть, что от закладки бутона до цветения проходит около 18 месяцев, а также засушливый климат Австралии, то становится ясно, зачем растение так хорошо защищает свой генеративный аппарат.

Родина эвкалиптов — Австралия и прилегающие острова, где их насчитывается более 500 видов и где они являются основной лесообразующей породой (восемь деревьев из каждых десяти в лесах этого континента относятся к эвкалиптам). Среди этого обширного рода встречаются и очень высокие прямоствольные виды, эвкалипты царственный и гигантский, растущие во влажном климате, и низкорослые кустарники, обитающие в пустынях Центральной Австралии. Корявым деревцем выглядит эвкалипт снеголюбивый, растущий высоко в горах, где выпадает снег. У некоторых видов (эвкалипт камеденосный) в условиях засушливого климата и частых пожаров образуются крупные клубни с запасом питательных веществ, способные давать порослевые побеги. Не удивительно, что эвкалиптовые леса и заросли были основой жизни местного населения — аборигенов Австралии. Они давали племенам убежище, служили местом охоты, их древесина и кора использовались в качестве строительного мате-

риала и для изготовления домашней утвари. Корни, семена, сладкие выделения на побегах употреблялись в пищу. При отсутствии воды из корней эвкалипта умели извлекать влагу, листьями его лечили болезни. Поэтому эвкалипт считался «деревом жизни», «алмазом лесов», «деревом чудес». Первых европейцев поразило великолепие эвкалиптовых лесов. Вот как описано оно Жюль Верном: «У них вырвался крик восхищения при виде великанов-эвкалиптов в двести футов вышиной, с их губчатой корой до пяти дюймов толщины. На этих стволах ... изборожденных ручейками душистой смолы, не видно было ни единой ветви, ни единого сука... Казалось, что высятся сотни изготовленных по одному и тому же стандарту колонн».

Европейские переселенцы не только восхищались красотой эвкалиптов, но и активно приспосабливали их для своих нужд. Во многом именно эвкалипты помогли им утвердиться в новых местах. Они давали дрова и строительный материал, пищу, а главное — обеспечивали здоровый климат. Рассказывают, что когда-то в Австралии встречались гиганты до 155 и даже 162 м высотой. Однажды даже был объявлен своеобразный конкурс: тому, кто найдет и покажет дерево такого роста, предназначалась большая денежная премия. Однако, несмотря на множество желающих получить премию, она осталась невостребованной. В лесном справочнике Австралии приводятся сведения о дереве 105 м высотой, но самым крупным из измеренных был экземпляр эвкалипта царственного, растущего на южном склоне Австралийских Альп. Его высота составила 99,4 м и все равно это были самые высокие из цветковых растений.

В Европе эвкалипт впервые появился во Франции в XVIII в. и в течение последующего столетия, захватывая все новые области, распространился во многих тропических и субтропических районах Азии, Европы, Африки и Америки. Его стараются высаживать во влажных заболоченных местностях с нездоровым климатом — и он чудесно преображает их за какой-нибудь десяток лет. В малолесных районах он очень быстро обеспечивает население топливом и ценной древесиной. К концу XIX в. в окрестностях столицы Эфиопии Аддис-Абебы все местные леса были вырублены на дрова и ограды. Вопрос стоял так остро, что было высказано предложение о переносе столицы. И тогда русский советник П. М. Власов посоветовал правителю страны Менелику II организовать посадки эвкалиптов вокруг столицы. Теперь здесь имеется крупный лесной массив из эвкалиптов, обеспечивающий нужды окрестного населения.

В Алжире, Марокко, Тунисе леса из этой породы позволяют быстро создавать оазисы, закреплять пески и горные склоны, улучшать климат. И все это благодаря следующей особенности: молодые эвкалипты очень быстро растут, давая ежегодный прирост до 3 м. В местах с достаточным увлажнением тридцатипятилетние экземпляры достигают размеров двухсотлетнего дуба, а в двадцатилетнем возрасте 1 га эвкалиптового леса дает 800 $м^3$ ценной древесины, чего не может дать ни одна древесная порода и в более старшем возрасте. Из-за интенсивного роста, имея разветвленную корневую систему, эвкалипты перекачивают из земли и испаряют громадные количества

воды. Подсчитано, что 1 га эвкалиптового леса в год испаряет до 1 млн. ведер воды, т. е. действует как гигантский насос. К тому же кроны в эвкалиптовом лесу не сомкнуты и расположены высоко над поверхностью земли, ветер свободно передвигается между стволами, высушивая почву. Для осушения и оздоровления местности эвкалипты высаживали в Италии, Португалии, во многих районах Южной Америки. Большую роль сыграли эвкалипты и в нашей стране. Впервые они были завезены в Россию в 1816 г. и высажены в Никитском ботаническом саду. Но климат Крыма для них оказался неприемлемым и вскоре они вымерзли. Впоследствии делались неоднократные попытки поселить эвкалипты в Крыму, но в суровые зимы, когда температура опускается ниже —15 °С, они вымерзают. И сейчас эвкалиптов в Крыму нет. Во второй половине XIX в. они появились на Черноморском побережье Кавказа. Здесь климат оказался более благоприятным и они прижились в районе от Сочи до Батуми. Особую роль в деле акклиматизации эвкалиптов сыграл Батумский ботанический сад и его основатель А. Н. Краснов. Вначале было интродуцировано около ста видов, но большая часть их погибла от заморозков, которые иногда здесь случаются. Массовые посадки эвкалиптов начались в 1935 г., когда было решено использовать их для осушения Колхидской низменности, отличавшейся сильной заболоченностью и нездоровым климатом. Непросыхающие болота были рассадником малярийного комара, который разносил заразу по всему югу страны. До 1941 г. в Грузии было высажено 9 млн. эвкалиптов, в 1950 г. количество их выросло до 40 млн. Теперь это обычное здесь дерево, которое можно встретить не только в садах и парках, но и вдоль дорог, на склонах гор, у водоемов, а местами оно образует рощи и даже целые леса. Эвкалипты изменили ландшафт. На месте бывших болот раскинулись плантации чая, цитрусовых. В наших субтропиках наиболее распространен эвкалипт прутьевидный, настолько приспособившийся к условиям новой родины, что даже размножается самосевом.

Эвкалипт прутьевидный — крупное, до 50 м высотой вечнозеленое дерево. Происходит из горных районов Австралии и острова Тасмании. На родине достигает 90 м высоты. Форма и размеры листьев зависят от возраста. Молодые листья пепельные от воскового налета, расположены супротивно. С возрастом становятся очередными, увеличиваются в размерах и приобретают серповидно-изогнутую форму. Многие эвкалипты весной сбрасывают перидерму, листопадных среди эвкалиптов только десять видов. Листья у этих растений всегда повернуты ребром к солнцу и особенность эту хорошо объясняет Жак Паганель, герой романа Жюль Верна «Дети капитана Гранта»: «В здешней стране, где воздух сух, где дожди редки, где земля иссушена, деревья не нуждаются ни в ветре, ни в солнце. Недостаток влаги вызывает у растений недостаток соков. Отсюда эти узкие листья, которые стремятся найти способ защитить себя от солнца и чрезмерных испарений. Вот причина, почему эти листья подставляют действию солнечных лучей не свою лицевую сторону, а ребро». Цветки у эвкалиптов своеобразны. Околоцветник у них древеснеет и

до распускания цветка плотно закрывает бутон, краями соединяясь с краями цветоложа. При распускании цветка он сбрасывается и весь цветок состоит из большого количества ярких тычинок, прикрепленных к краю цветоложа. Впервые зацветает на 4—5-м году жизни. Относится к нектароносам, опыляется насекомыми, но чаще птицами и даже мелкими сумчатыми животными. Плоды — деревянистые коробочки, созревают в течение года, но остаются на материнском растении до нескольких лет. Семена их поедаются попугаями, которые и способствуют расселению эвкалиптов.

В настоящее время у нас культивируется около 30 видов эвкалиптов в субтропиках Закавказья и Средней Азии. В листьях эвкалиптов, в особых вместилищах, погруженных в мякоть листа, содержится до 3 % эфирного масла. В зависимости от вида эвкалипта и места произрастания химический состав эфирного масла может быть разным, поэтому по использованию их делят на три группы. Эфирные масла с преобладанием в составе гераниола имеют нежный приятный запах, их используют в парфюмерии. Эфирные масла с преобладанием цинеола отличаются сильным бактерицидным действием и применяются в медицине. Если в их составе преобладает фелландрен, они имеют неприятный запах и применяются в технике при обогащении металлов в качестве растворителей лаков, красок, клеев. В коре эвкалипта содержатся дубильные вещества, и она используется для выделки кож.

Бактерицидные свойства эфирного масла превосходят свойства антибиотиков и фенола.

В народной медицине рекомендуется настой листьев, приготовленный следующим образом: 200 г измельченных листьев заливают 1 л кипятка, настаивают двое суток и процеживают. Настой хранят до полугода и используют для примочек, полосканий, промываний как ранозаживляющее и бактерицидное средство. При радикулитах и заболеваниях суставов для растирания применяют спиртовую настойку в концентрации 1:5. Настой в концентрации 1:10 эффективен при язвенной болезни желудка.

В научной медицине водный настой и масло эвкалипта рекомендуются как бактерицидное средство при заболевании верхних дыхательных путей, гинекологических и в хирургической практике. Наружно эфирное масло применяется как болеутоляющее при невралгиях и ревматизме. Благодаря выделению больших количеств эфирных масел в воздух эвкалиптовые насаждения обеззараживают его, делая его практически стерильным.

Большую ценность представляет древесина эвкалиптов — плотная, красивая по рисунку и окраске, не поддающаяся гниению.



ЛИТЕРАТУРА

Авиценна (Абу Али ибн Сина). Канон врачебной науки. Кн. II: Пер. с араб. Ю. Н. Завадского и С. Мирзаева. Ташкент, 1982.

Александров Б. А. В мире целебных трав. М., 1966.

Аполлодор А. Аполлодора Афинейского баснословие или библиотека о богах. Кн. I и II. М., 1787.

Аполлодор А. Мифологическая библиотека. Л., 1972.

Арнольд из Виллановы. Салернский кодекс здоровья. Пер. с латинск. и примеч. Ю. Ф. Шульца. М., 1964.

Афанасьев А. Н. Живая вода и вещее слово. М., 1988.

Афанасьев А. Н. Поэтические воззрения славян на природу. Т. 1—3. М., 1865.

Афанасьева Л. Ф., Мордовский Г. Я., Нешта И. Д. Зеленая аптека. Свердловск, 1981.

Балабай И. В., Нистрян А. К. Растения, которые нас лечат/Под ред. В. И. Прокопишина. Кишинев, 1988.

Биологический энциклопедический словарь. М., 1986.

Богоявленский Н. А. Древнерусское врачевание в XI—XVII веках. М., 1960.

Былины. Русские народные сказки. Древнерусские повести. М., 1986.

Вавилов Н. И. Пять континентов. М., 1987.

Вагнер Г. Рассказы о разных замечательных растениях. Пер. с нем. В. М. Величкиной. Петроград, 1915.

Верзилин Н. Путешествие с домашними растениями. Л., 1965.

Гаммерман А. Ф., Шупинская М. Д., Яценко-Хмелевский А. А. Растения-целители. М., 1963.

Герман Ф. Л. Как лечились московские цари. Киев — Харьков, 1895.

Гринкевич Н. И., Сорокина А. А. Легенды и быль о лекарственных растениях. 1988.

Громмсдорф И. В. Руководство к фармации или начальные основания аптекарского искусства. Пер. с нем. М., 1811.

Груздев В. Ф. Русские рукописные лечебники. Л., 1946.

Губанов И. А., Крылова И. Л., Тихонова В. Л. Дикорастущие полезные растения СССР. М., 1976.

Гурлянд И. Я. Можжевеловая повинность. Ярославль, 1903.

Дамиров И. А., Шукюров Д. Э. Лечебное значение чая. Баку. 1974.

Дядых И. В., Коколо В. И. Зеленая аптека. Калининград, 1976.

Жадан М. М. Аптека в лесу. Очерки о зеленых друзьях. Симферополь, 1979.

Живая вода. Сборник русских народных песен, сказов, пословиц, загадок. М., 1977.

Загадаю — отгадай: Загадки народов СССР. Новосибирск, 1972.

Залесова Е. Н., Петровская О. В. Словарь-травник и цветник. Спб., 1898.

Зблудовский П. Е. Возникновение медицины в человеческом обществе. М., 1955.

Згуровская Л. Н. Рассказы о деревьях Крыма. Краеведческие очерки. Симферополь, 1981.

Здоровье в руках человека. Пословицы, поговорки и афоризмы разных народов. Кишинев, 1975.

Зеленин Д. К. Очерки русской мифологии. Петроград, 1916. Вып. I.

Зеленин Д. К. Тотемический культ деревьев у русских и белорусов. Л., 1933.

Зеленин Д. К. Тотемы-деревья в сказаниях и обрядах европейских народов. М. — Л., 1937.

Землинский С. Е. Лекарственные растения СССР. М., 1958.
Золотницкий Н. Ф. Цветы в легендах и преданиях. 1912.
Ивченко С. Загадки цинхоны. М., 1965.
Ивченко С. Занимательно о ботанике. М., 1972.
Иовский А. Начертание фармации. М., 1836.
История средневековой медицины/Сост. С. Ковнер. Киев, 1893.
Кавецкий Р. Е., Балицкий К. П. У истоков отечественной медицины. Киев, 1954.
Кагаров Е. Г. Культ фетишей, растений и животных в Древней Греции. Спб., 1913.
Кашаров Е. Г. Роза в поэзии Античной Греции. Харьков, 1913.
Книга Античности и Возрождения о временах года и здоровье. М., 1971.
Кожевников А. Весна и осень в жизни растений. М., 1950.
Коробцова З. В. Сохрани растение. Саратов, 1984.
Котуков Г. Н. Культивируемые и дикорастущие лекарственные растения. Киев, 1974.
Краснов А. Н. Под тропиками Азии. М., 1987.
Крылов Г. В. Травы жизни и их искатели. Новосибирск, 1972.
Кузнецов С. Легенды о целебных растениях. Краснодар, 1970.
Кузнецова М. А., Рыбачук И. З. Фармакогнозия. М., 1984.
Кузнецова М. А. Лекарственное растительное сырье. М., 1987.
Кузнецова М. А., Савельев О. Л. Заготовка лекарственного сырья/В сб.: Лекарственные растения. М., 1988.
Кузьмин М. К. Медицина Древней Руси. М., 1961.
Кун Н. А. Легенды и мифы Древней Греции. М., 1957.
Куприянова М. К. Зеленый шум. Рассказы фенолога о лесе. Свердловск, 1983.
Лаптев Ю. Б. Рассказы о полезных растениях. М., 1982.
Лахтин М. Ю. Старинные памятники медицинской письменности. М., 1911.
Легенда о кофе. Спб., 1911.
Легенды и сказания Древней Греции и Древнего Рима. М., 1988.
Легенды и сказки Центральной Азии, собранные графом А. П. Бенигсен. Спб., 1912.
Легенды Крыма. Симферополь, 1961.
Лекарственные растения в научной и народной медицине. Саратов, 1967.
Лекарственные растения. Растения-целители. М., 1976.
Лункевич В. От Гераклита до Дарвина. М., 1960.
Маевский П. Ф. Флора средней полосы Европейской части СССР. Л., 1964.
Малышев А. А. Женьшень. М., 1986.
Массагетов Б. С. Заветные травы. М., 1985.
Машковский М. Д. Лекарственные средства. М., 1986.
Мейер-Штейнег Т. и Зудгоф К. История медицины. Пер. с нем./Под ред. В. А. Любарского и Б. Е. Гершуни. М., 1925.
Метерлинк М. Разум цветов. М., 1908. Т. 5.
Минько Л. И. Народная медицина Белоруссии. Краткий исторический очерк. Минск, 1969.
Мифологический словарь или краткое толкование о богах и прочих предметах древнего баснословия, по азбучному порядку расположенное. Спб., 1834.
Мифы народов мира. Энциклопедия. М., 1980. Т. 1; 1982. Т. 2.
Муравьева Д. А. Тропические и субтропические лекарственные растения. М., 1983.
Нечаев А. П. Зеленые стрелы. Рассказы амурского ботаника. Хабаровск, 1975.
Огородников П. В., Петюнина О. Ф. Этимологический словарь лекарственных растений, сырья и препаратов. М., 1973.
Пастушенков Л. В. Растения — друзья здоровья. Л., 1989.
Петников Г. Н. Мифы Эллады. Киев, 1941.
Погорлецкий Б. К., Балаян В. М. Рассказы о масличных растениях. М., 1986.
Попов А. П. Лекарственные растения в народной медицине. Киев, 1967.
Попова Т. Д. Очерки о гомеопатии. Записки врача-гомеопата. Киев, 1988.
Пословицы, поговорки, загадки в рукописных сборниках XVIII—XX веков. М. — Л., 1961.
Пословицы русского народа/Сб. В. Даля. М., 1957.
Похлебкин В. В. Все о пряностях. М., 1973.
Пясецкий А. А. Медицина по библии и талмуду. Ч. I, т. 1. Спб., 1903.
Райнботе Х. Тайна растений. М., 1979.

Растения полей и лесов/Пер. с чешск. Прага, 1987.

Резникова А. С., Лернер В. И. Лекарственные растения Приокской зоны//Под ред. М. А. Кузнецовой. Тула, 1986.

Рубцов В. Г. Зеленая аптека. Л., 1984.

Русское народное поэтическое творчество. Хрестоматия/Под ред. Н. И. Кравцова. М., 1971.

Русское народное поэтическое творчество. Хрестоматия/Сост. Ю. Т. Круглов. Л., 1987.

Саксе А. Сказки о цветах. Рига, 1969.

Сало В. М. Зеленые друзья человека. М., 1975.

Сало В. М. Растения и медицина. М., 1968.

Самоник Квинт Серен. Медицинская книга (целебные предписания). М., 1961.

Сигал А. М. Наперстянка и ее терапевтическое применение. М., 1956.

Скориченко-Алебодин Г. Г. Доисторическая медицина (новая глава в истории медицины). Спб., 1895.

Соколов С. Я., Замотаев И. П. Справочник по лекарственным растениям. М., 1987.

Сотник В. Ф. Кладовая здоровья. М., 1985.

Станков С. С. Дикорастущие полезные растения СССР. М., 1951.

Стрижев А. Н. Календарь русской природы. М., 1972.

Стрижев А. Н. Лесные травы. М., 1975.

Стрижев А. Н. О волшебных травах, приметах и некоторых суевериях. М., 1968.

Телятьев В. В. Целебные клады Восточной Сибири. Владивосток, 1976.

Трайтак Д. И. Книга для чтения по ботанике. М., 1978.

Турова А. Д. Лекарственные растения СССР и их применение. М., 1974.

Усова Н. Лепестки. Тула, 1984.

Ушибаев К. У., Курамысова И. И., Аксенова В. Ф. Целебные травы. Алма-Ата, 1979.

Флоридус Мацер (Одо из Мена). О свойствах трав/Пер. с лат. с коммент. Ю. Ф. Шульца. М., 1976.

Фольклор и этнография. Л., 1977.

Фрэзер Дж. Золотая ветвь. Т. 3. Умирающие и воскресающие боги растительности. М., 1928.

Холодковский Н. А. Гербарий моей дочери. Петроград, 1922.

Черепанов С. К. Сосудистые растения СССР. Л., 1981.

Шасс Е. Ю. Фитотерапия. М., 1952.

Шевчук Л. П., Юргелайтис Н. Г. Сокровища южного края. Очерк о лекарственных растениях. Одесса, 1985.

Шейн П. В. Великорус в своих песнях, обрядах, обычаях, верованиях и т. д. Вып. 1, 2. Т. 1. Спб., 1900.

Шиманко Н., Львов Н. Применение лекарственных средств в бытовых условиях. М., 1959.

Шпиленц С. Е., Иванов С. И. Азбука природы (лекарственные растения). М., 1983.

ОГЛАВЛЕНИЕ



Книга
знакомит читателя
с интересными
историческими фактами,
мифами,
легендами,
сказаниями,
пословицами и поговорками,
с народными обычаями,
а также научными данными,
связанными
с происхождением и применением
в лечебной практике
лекарственных
растений.

СКАЗАНИЯ О ЛЕКАРСТВЕННЫХ РАСТЕНИЯХ